叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 8 个章节

1. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000001

2. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000002

3. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000003

4. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000004

5. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000005

6. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000006

7. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000007

8. 健康课，第一册(health Lessons, Book 1) 000008

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第1/8页

[helθ] ['lesnz]
HEALTH **LESSONS**
健康 课程

健康小贴士

[bʊk] [ai]
BOOK **I**
书 我

第一卷

[baɪ]
BY
经过

经过

['ælvin] ['deɪvɪsən] , [em] . [es] . , [ə; eɪ] . [em] . , [ˌpiː 'eɪtʃ] . [diː] .
ALVIN **DAVISON** **,** **M** **.** **S** **.** **,** **A** **.** **M** **.** **,** **Ph** **.** **D** **.**
阿尔文 戴维森 , M . S . , 一个 . M . , 菲尔 . D .

阿尔文·戴维森，理学硕士，文学硕士，哲学博士

[prə'fesə(r)] [ɒv; əv] [baɪ'ɒlədʒi] [ɪn] [ˌlɑːfaɪ'et] ['kɒlɪdʒ]
PROFESSOR **OF** **BIOLOGY** **IN** **LAFAYETTE** **COLLEGE**
教授 的 生物学 在 拉斐特 大学

拉斐特学院生物学教授

[njuː] [jɔːk] ❖ [ˌsɪnsɪ'næti] ❖ [ʃɪ'kɑːgəʊ]
NEW **YORK** ❖ **CINCINNATI** ❖ **CHICAGO**
新的 约克 ❖ 辛辛那提 ❖ 芝加哥

纽约 ❖ 辛辛那提 ❖ 芝加哥

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]
AMERICAN **BOOK** **COMPANY**
美国人 书 公司

美国图书公司

['kɒpiraɪt] , - , [baɪ]
Copyright **,** **1910** **,** **by**
版权 , - , 经过

版权所有，1910 年，作者

['ælvin] ['deɪvɪsən] .
ALVIN **DAVISON** **.**
阿尔文 戴维森 .

阿尔文·戴维森。

['entəd] [æt; ət] ['steɪʃənəz] - [hɔːl] , ['lʌndən] .
Entered **at** **Stationers** **'** **Hall** **,** **London** **.**
进入 在 文具店 - 大厅 , 伦敦 .

登记于伦敦文具商公会。

[helθ] ['lesnz] .
HEALTH **LESSONS** **.**
健康 课程 .

健康小贴士。

[biːˈkeɪ] . [wʌn] .

BK	.	1	.
BK	.	1	.

BK.1.

['dʌbljuː] . [piː] . [sɪks]

W	.	P	.	6
W	.	P	.	6

WP 6

['eksəsaɪz] , [kliːn] [eə(r)] , [ænd; ənd] [wel] - [tʃuː] [fuːd] [meɪk] [ə; eɪ] [strɒŋ] [ænd; ənd]

Exercise	**,**	**clean**	**air**	**,**	**and**	**well**	**-**	**chewed**	**food**	**make**	**a**	**strong**	**and**
锻炼	,	干净的	空气	,	和	出色地	-	咀嚼	食物	制作	一个	强的	和

运动、新鲜空气和充分咀嚼的食物能带来强壮的身体。

['helθi] ['bɒdi] .

healthy	**body**	**.**
健康	身体	.

健康的身体。

[[ˌpiː 'dʒiː][faɪv]]

[	**Pg**	**5**	**]**
[	页	5	]

[第5页]

['prefəs]

PREFACE

前言

前言

['skeəsli] [wʌn] [hɑːf] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['tʃɪldrən] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['kʌntri] [kən'tɪnjuː] [ɪn] [skuːl] [mʌtʃ] [bɪ'jɒnd]

Scarcely	**one**	**half**	**of**	**the**	**children**	**of**	**our**	**country**	**continue**	**in**	**school**	**much**	**beyond**
几乎	一	一半	的	这	孩子们	的	我们的	国家	继续	在	学校	很多	超过

[ðə; ði] [fɪfθ] [greɪd] .

the	**fifth**	**grade**	**.**
这	第五	年级	.

我国只有不到一半的孩子能在五年级之后继续上学。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ɪm'pɔːt(ə)nt] , ['ðeəfɔː(r)] ,

It	**is**	**important**	**,**	**therefore**	**,**
它	是	重要的	,	所以	,

因此，这一点很重要。

[ðæt] [səʊ][fɑː(r)][æz; əz]['pɒsəb(ə)l][ðə; ði] ['nɒlɪdʒ] [wɪtʃ] [hæz; həz][məʊst][tuː; tə][duː; də] [wɪð] ['hjuːmən]

that	**so**	**far**	**as**	**possible**	**the**	**knowledge**	**which**	**has**	**most**	**to**	**do**	**with**	**human**
那	所以	远的	作为	可能的	这	知识	哪个	有	最多	到	做	和	人类

['welfeə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [prɪ'zentɪd] [ɪn][ðə; ði] ['ɜːli] [j'iəz] [ɒv; əv] [skuːl] [laɪf] .

welfare	**should**	**be**	**presented**	**in**	**the**	**early**	**years**	**of**	**school**	**life**	**.**
福利	应该	是	呈现	在	这	早期的	年	的	学校	生活	.

尽可能在学生早期教育阶段就向他们传授与人类福祉最相关的知识。

['fɪʃə(r)] , ['metʃniˌkɔf] , ['sedʒwɪk] ,

Fisher	**,**	**Metchnikoff**	**,**	**Sedgwick**	**,**
费舍尔	,	梅契尼科夫	,	塞奇威克	,

费舍尔、梅奇尼科夫、塞奇威克

[ænd; ənd] ['ʌðə(r)z] [hæv; həv] [ʃəʊn] [ðæt] [ðə; ði] [helθ] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['piːp(ə)l] ['ɪnfluənsɪz] [ðə; ði] [prɒ'sperəti]

and	**others**	**have**	**shown**	**that**	**the**	**health**	**of**	**a**	**people**	**influences**	**the**	**prosperity**
和	其他的	有	所示	那	这	健康	的	一个	人们	影响	这	繁荣

[ænd; ənd] ['hæpinəs] [ɒv; əv][ə; eɪ]['neɪʃ(ə)n][mɔː(r)][ðæn; ðən]['eni] ['ʌðə(r)] [wʌn] [θɪŋ] .

and	**happiness**	**of**	**a**	**nation**	**more**	**than**	**any**	**other**	**one**	**thing**	**.**
和	幸福	的	一个	国家	更多的	比	任何	其他	一	事物	.

还有其他研究表明，人民的健康状况对一个国家的繁荣和幸福的影响比任何其他因素都大。

[ðə; ði] [haɪɪst] ['pætriətɪzəm; 'peɪtriətɪzəm][ɪz] ['ðeəfɔ:(r)] [ðə; ði] [ˌkɒnsə'veɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [helθ] .

The	highest	patriotism	is	therefore	the	conservation	of	health	.
这	最高	爱国主义	是	所以	这	保护	的	健康	.

因此，最高的爱国主义就是保护健康。

[ðə; ði]['sev(ə)n] ['hʌndrəd] ['θaʊz(ə)nd] [laɪvz; lɪvz] ['ænjuəli] [dɪ'strɔɪd] [baɪ] [ɪn'fekʃəs] [dɪ'zi:zɪz] [ænd; ənd]

The	seven	hundred	thousand	lives	annually	destroyed	by	infectious	diseases	and
这	七	百	千	生活	每年	损毁	经过	传染性	疾病	和

[ðə; ði] ['mɪljən] ['ʌðə(r)] ['sɪəriəs] [keɪsɪz] [ɒv; əv] ['sɪknəs] [frɒm; frəm] [kən'teɪdʒəs] ['mælədi] ,

the	million	other	serious	cases	of	sickness	from	contagious	maladies	,
这	百万	其他	严肃的	案例	的	疾病	从	传染性	疾病	,

每年有70万人死于传染病，还有100万人因传染病而患上其他严重的疾病。

[wɪð] [ɔ:l][ðeə(r)] [ə'tendənt] ['sʌfərɪŋ] , [ɑ:(r); ə(r)] ['lɑ:dʒli] ['sækrɪfaɪsɪz][ɒn][ðə; ði]['ɔ:ltə(r)][ɒv; əv] ['ɪgnərəns] .

with	all	their	attendant	suffering	,	are	largely	sacrifices	on	the	altar	of	ignorance	.
和	全部	他们的	服务员	痛苦	,	是	很大程度上	牺牲	在	这	坛	的	无知	.

他们所遭受的一切苦难，很大程度上都是无知祭坛上的牺牲品。

[ðə; ði] ['lʌvɪŋ] ['mʌðə(r)] ['menəs] [ðə; ði][laɪf][ɒv; əv][hɜ:(r); hə(r)] [beɪb] [baɪ] ['fi:dɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] [mɪlk] [wɪð] [ə; eɪ]

The	loving	mother	menaces	the	life	of	her	babe	by	feeding	it	milk	with	a
这	爱	母亲	威胁	这	生活	的	她	宝贝	经过	喂养	它	牛奶	和	一个

[dʒɜ:m]['kɒntent] ['nɪəli] [hɑ:f][æz; əz] [greɪt] [æz; əz] [ðæt] [ɒv; əv] ['su:ɪdʒ] ,

germ	content	nearly	half	as	great	as	that	of	sewage	,
细菌	内容	几乎	一半	作为	伟大的	作为	那	的	污水	,

这位慈爱的母亲用细菌含量几乎是污水一半的牛奶喂养婴儿，从而危及婴儿的生命。

[ðə; ði] [ə'ni:mɪk] [gɜ:l] [sli:p] [wɪð] [fɑ:st] - [kləʊzd] ['wɪndəʊz] , ['wʌndərɪŋ] [ɪn][ðə; ði] ['mɔ:nɪŋ] [waɪ] [ʃi:; ʃi]

the	anemic	girl	sleeps	with	fast	-	closed	windows	,	wondering	in	the	morning	why	she
这	贫血	女孩	睡觉	和	快速地	-	关闭	视窗	,	好奇	在	这	早晨	为什么	她

[fi:lz] [səʊ] ['laɪfləs] ,

feels	so	lifeless	,
感觉	所以	无生命	,

这个贫血的女孩睡觉时总是关着窗户，早上醒来时却感到浑身无力，百思不得其解。

[ænd; ənd][ðə; ði][wʌn] - [taɪm] ['vɪgərəs] [bɔɪ] [gəʊz][tu:; tə][ə; eɪ] - ['ɜ:li] [greɪv] ,

and	the	one	-	time	vigorous	boy	goes	to	a	consumptive's	early	grave	,
和	这	一	-	时间	蓬勃	男生	去	到	一个	-	早期的	严重	,

曾经精力充沛的男孩，最终却因肺结核英年早逝。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [dɪd] [nɒt] [nəʊ] ([wɒt] ['evri] [sku:l] [ɔ:t] [tu:; tə] [ti:tʃ]) [ðə; ði] [wei] [tu:; tə] [helθ]

because	they	did	not	know	(	what	every	school	ought	to	teach	)	the	way	to	health
因为	他们	做过	不是	知道	(	什么	每一个	学校	应该	到	教	)	这	方式	到	健康

.

:

.

因为他们不知道（每所学校都应该教授的）通往健康的道路。

['dɒktə(r)] [preɪs] , [ðə; ði] ['sekrət(ə)ri] [ɒv; əv][ðə; ði] [steɪt] [bɔ:d] [ɒv; əv] [helθ] [ɒv; əv] ['meəriləʊnd] ,

Doctor	Price	,	the	Secretary	of	the	State	Board	of	Health	of	Maryland	,
医生	价格	,	这	秘书	的	这	状态	木板	的	健康	的	马里兰州	,

马里兰州卫生委员会秘书普莱斯博士

['ri:s(ə)ntli] [sed] [bɪ'fɔ:(r)] [ðə; ði] [ə'merɪkən] ['pʌblɪk] [helθ] [əˌsəʊsi'eɪʃn; əˌsəʊʃi'eɪʃn] [ðæt] [ðə; ði][tekst] - [bʊks]

recently	said	before	the	American	Public	Health	Association	that	the	text	-	books
最近	说	前	这	美国人	民众	健康	协会	那	这	文本	-	图书

[ɒv; əv]['aʊə(r)] [sku:lz] [ʃəʊ] [ə; eɪ] [mɑ:kt] [ˌdɪsrɪ'gɑ:d] [fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði]['ɜ:dʒənt] ['prɔ:bləmz] [wɪtʃ] ['entə(r)]

of	our	schools	show	a	marked	disregard	for	the	urgent	problems	which	enter
的	我们的	学校	展示	一个	标记	漠视	为了	这	紧迫的	问题	哪个	进入

他最近在美国公共卫生协会表示，我们学校的教科书明显忽视了迫在眉睫的问题。

[[ˌpiː 'dʒiː][sɪks]]
[Pg 6]
[页 6]

[第6页]

['aʊə(r)] ['deɪli] [laɪf] , [sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ðɪ] [prɪ'venʃn] [ɒv; əv][tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] , ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] , [ænd; ənd]
our daily life , such as the prevention of tuberculosis , typhoid fever , and
我们的 日常的 生活 , 这样的 作为 这 预防 的 结核 , 伤寒 发烧 , 和
[ə'kjuːt] [ɪn'fekʃəs] [dɪ'ziːzɪz] .
acute infectious diseases .
急性 传染性 疾病 .

我们的日常生活，例如预防肺结核、伤寒和急性传染病。

[sɪns] [ðə; ðɪ] [əb'zɜːvɪŋ] ['pʌblɪk] [hæv; həv] [siːn] ['edʒukeɪtɪd] [kə'mjuːnətiz] [dɪ'kriːs] [ðeə(r)] [deθ] [reɪt]
Since the observing public have seen educated communities decrease their death rate
自从 这 观察 民众 有 已见 受过教育 社区 减少 他们的 死亡 速度
[frɒm; frəm] ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] ,
from typhoid fever ,
从 伤寒 发烧 ,

鉴于公众已经看到受过良好教育的社区降低了伤寒死亡率，

[tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] , [ænd; ənd][dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə][frɒm; frəm][wʌn] [θɜːd] [tuː; tə] [θriː] [fɔːθ] [baɪ] ['hiːdɪŋ]
tuberculosis , and diphtheria from one third to three fourths by heeding
结核 , 和 白喉 从 一 第三 到 三 第四部分 经过 听从
[ðə; ðɪ] [helθ] [kɔːl] ,
the health call ,
这 健康 称呼 ,

通过听从卫生呼吁，结核病和白喉的发病率降低了三分之一到四分之三。

['lɔːmeikəz] [ɑː(r); ə(r)] [bɪ'kʌmɪŋ] [kən'vɪnst] [ðæt] [ðə; ðɪ] ['niːdləs] [weɪst] [ɒv; əv]['hjuːmən] [laɪf] [ʃʊd; ʃəd]
lawmakers are becoming convinced that the needless waste of human life should
立法者 是 成为 确信 那 这 不必要 浪费 的 人类 生活 应该
[biː; bi] [stɒpt] .
be stopped .
是 停止 .

立法者们越来越相信，应该制止这种不必要的生命浪费。

['mɪʃɪgən] [hæz; həz] [ɔːl'redi] [dɪ'kriːd] [ðæt] ['evri] [skuːl] [tʃaɪld] [ʃæl; ʃəl][biː; bi] [tɔːt] [ðə; ðɪ] [kɔːz]
Michigan has already decreed that every school child shall be taught the cause
密歇根州 有 已经 颁布 那 每一个 学校 孩子 将 是 教授 这 原因
[ænd; ənd] [prɪ'venʃn] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [kə'mjuːnɪkəbl] [dɪ'ziːzɪz] ,
and prevention of the communicable diseases ,
和 预防 的 这 传染性的 疾病 ,

密歇根州已经颁布法令，要求所有学龄儿童都必须学习传染病的病因和预防方法。

[ænd; ənd] ['sevrəl] ['ʌðə(r)] [steɪts] [ɑː(r); ə(r)] ['kɔntempleitɪŋ] [laɪk] ['ækʃ(ə)n] .
and several other states are contemplating like action .
和 一些 其他 各州 是 沉思 喜欢 行动 .

其他几个州也在考虑采取类似行动。

[ðɪs] [bʊk] [miːts] ['fʊli] [ðə; ðɪ] [dɪ'mɑːndz] [ɒv; əv] [ɔːl] [sʌtʃ] [lɔːz] [æz; əz][ɑː(r); ə(r)] ['kɒntəmpleɪtɪd] ,
This book meets fully the demands of all such laws as are contemplated ,
这 书 满足 完全 这 需求 的 全部 这样的 法律 作为 是 思考 ,

本书完全符合所有相关法律的要求。

[ænd; ənd]['prez(ə)nts][ðə; ðɪ] [ɪm'pɔːt(ə)nt] [truːðz] [nɒt] [baɪ] [dɒg'mætɪk] [ə'sɜːʃ(ə)n] ,
and presents the important truths not by dogmatic assertion ,
和 礼物 这 重要的 真相 不是 经过 教条主义 断言 ,

它呈现重要真理的方式并非教条式的断言。

[bʌt; bət][baɪ] [saɪtɪŋ] [spə'sɪfɪk] [fækts] [ə'piːlɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði][tʃaɪld][maɪnd][ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [weɪ] [æz; əz][tuː; tə]

but	by	citing	specific	facts	appealing	to	the	child	mind	in	such	a	way	as	to
但	经过	引用	具体的	事实	上诉	到	这	孩子	头脑	在	这样的	一个	方式	作为	到

[meɪk] [ə; eɪ] ['lɑːstɪŋ] [ɪm'preʃ(ə)n] .

make	a	lasting	impression	.
制作	一个	持久	印象	.

但通过引用能引起儿童共鸣的具体事实，以给人留下深刻印象的方式。

['ɑːftə(r)][ðə; ði] [ɪ'lev(ə)nθ] [jɪə(r)][ɒv; əv][eɪdʒ] , [ðə; ði][fɜːst] [kɔːz] [ɒv; əv] [deθ] [ə'mʌŋ] [skuːl] ['tʃɪldrən] [ɪz]

After	the	eleventh	year	of	age	,	the	first	cause	of	death	among	school	children	is
后	这	第十一	年	的	年龄	,	这	第一的	原因	的	死亡	之中	学校	孩子们	是

[tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] .

tuberculosis	.
结核	.

11岁以后，学龄儿童的首要死因是肺结核。

[ðə; ði] [tʃiːf] [eɪm][ɒv; əv][ðə; ði] ['ɔːθə(r)] [hæz; həz] [biːn] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði][tʃaɪld][ðə; ði][ʃʊə(r)] [weɪ] [ɒv; əv]

The	chief	aim	of	the	author	has	been	to	show	the	child	the	sure	way	of
这	首席	目的	的	这	作者	有	到过	到	展示	这	孩子	这	当然	方式	的

[prɪ'ventɪŋ] [ðɪs] [dɪ'ziːz] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)z] [ɒv; əv] [laɪk] ['neɪtʃə(r)] ,

preventing	this	disease	and	others	of	like	nature	,
预防	这	疾病	和	其他的	的	喜欢	自然	,

作者的主要目的是向孩子展示预防这种疾病及其他类似疾病的可靠方法。

[ænd; ənd][tuː; tə] [ɪ'stæblɪʃ] [æn; ən] [ʌn'daɪɪŋ] [feɪθ] [ɪn][ðə; ði]['mɒtəʊ][ɒv; əv][pæ'stɜː(r)] ,

and	to	establish	an	undying	faith	in	the	motto	of	Pasteur	,
和	到	建立	一个	不朽	信仰	在	这	座右铭	的	巴斯德	,

并确立对巴斯德格言永不磨灭的信念，

" [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði]['paʊə(r)][ɒv; əv][mæn][tuː; tə][rɪd] [hɪm'self] [ɒv; əv] ['evri] [ˌpærə'sɪtɪk] [dɪ'ziːz] .

"	It	is	within	the	power	of	man	to	rid	himself	of	every	parasitic	disease	.
"	它	是	之内	这	力量	的	男人	到	摆脱	他自己	的	每一个	寄生	疾病	.

“人类有能力摆脱一切寄生虫病。”

" ['nɪəli] [ɔːl][ɒv; əv][ðə; ði] [ɪˌlʌs'treʃən] [juːst] [ɑː(r); ə(r)][frɒm; frəm] ['fəutəgræfs] [ænd; ənd] ['drɔːɪŋz]

"	Nearly	all	of	the	illustrations	used	are	from	photographs	and	drawings
"	几乎	全部	的	这	插图	用过的	是	从	照片	和	图画

['speʃəli] [prɪ'peəd] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] [bʊk] .

specially	prepared	for	this	book	.
特别	准备	为了	这	书	.

“本书中使用的几乎所有插图都是专门为本书准备的照片和图画。”

[ðiːz] ,

These	,
这些	,

这些，

[tə'geðə(r)] [wɪð] [ðə; ði] [lɑːdʒ] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] [mə'tɪərɪəl] [gliːn] [frɒm; frəm][ə'rɪdʒən(ə)l] ['sɔːsɪz] [ænd; ənd]

together	with	the	large	amount	of	material	gleaned	from	original	sources	and
一起	和	这	大的	数量	的	材料	收集	从	原来的	来源	和

[frɒm; frəm][ðə; ði] ['ɔːθərz] [ɪk'sperɪm(ə)nts][ɪn][ðə; ði] [lə'bɒrətri] ,

from	the	author's	experiments	in	the	laboratory	,
从	这	作者的	实验	在	这	实验室	,

结合从原始资料和作者在实验室进行的实验中收集的大量材料，

[wɪl] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [həʊpt] ,

will	,	it	is	hoped	,
将要	,	它	是	希望	,

希望如此。

[meɪk] [ðɪs] ['lɪt(ə)l] ['vɒlju:m] ['wɜ:ði] [ɒv; əv][ðə; ði] [seɪm] ['dʒenərəs] ['welkəm] [ə'kɔ:d] [ðə; ði] [tu:] ['ɜ:lɪə(r)]
make this little volume worthy of the same generous welcome accorded the two earlier
制作 这 小的 体积 值得 的 这 相同的 慷慨的 欢迎 同意 这 二 早些时候
[bʊks] [ɒv; əv] [ðɪs] ['sɪəri:z] .
books of this series .
图书 的 这 系列 .

让这本小册子也像该系列的前两本书一样，受到热烈欢迎。

[[ˌpi: 'dʒi:]['sɛvən]]
[Pg 7]
[页 7]

[第7页]

['kɒntents]
CONTENTS
内容

内容

['tʃæptə(r)] [peɪdʒ]
CHAPTER PAGE
章 页

章节页

[ai] . ['keərɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði] [helθ] [naɪn]
I . Caring for the Health 9
我 . 关怀 为了 这 健康 9

一、关爱健康 9

[ˌaɪ 'aɪ] .
II .
二 .

二、

[pɑ:ts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] -
Parts of the Body 15
部分 的 这 身体 -

身体部位 15

[θri:] .
III .
三、 .

三、

['fi:dɪŋ] [ðə; ði] ['bɒdi] -
Feeding the Body 21
喂养 这 身体 -

身体的营养 21

[ˌaɪ 'vi:] .
IV .
第四 .

四、

[fu:d] [ænd; ənd] [helθ] -
Food and Health 30
食物 和 健康 -

食品与健康 30

[vi:] . [haʊ] [plɑ:nts]['saʊə(r)][ɔ:(r)] [spɔɪl] [fu:d] -
V . How Plants sour or spoil Food 36
V . 如何 植物 酸的 或者 剧透 食物 -

五、植物如何使食物变质或腐败 36

['sɪksθ] .

VI	.
六年级	.

六、

[mɪlk] [meɪ] [biː; bi][ə; eɪ] [fuːd] [ɔː(r)][ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n] -

Milk	may	be	a	Food	or	a	Poison	41
牛奶	可能	是	一个	食物	或者	一个	毒	-

牛奶可能是食物，也可能是毒药 41

[sevn] .

VII	.
七	.

七、

[haʊ] [ðə; ði] ['bɒdi] ['juːzɪz; 'juːsɪz] [fuːd] -

How	the	Body	uses	Food	47
如何	这	身体	用途	食物	-

身体如何利用食物 47

[eɪtθ] .

VIII	.
八	.

第八章

[ðə; ði][keə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [maʊθ] -

The	Care	of	the	Mouth	60
这	关心	的	这	嘴	-

口腔护理 60

[ɪks] .

IX	.
第九章	.

九、

[ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] -

Alcoholic	Drinks	68
酗酒者	饮料	-

酒精饮料 68

[eks] . ['ælkəhɒl][ænd; ənd] [helθ] -

X	.	Alcohol	and	Health	74
X	.	酒精	和	健康	-

X. 酒精与健康 74

[saɪ; zaɪ; ksaɪ; gzaɪ] . [tə'bækəʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [drʌgz] [wɪtʃ] ['ɪndʒə(r)][ðə; ði] [helθ] -

XI	.	Tobacco	and	the	Drugs	which	injure	the	Health	78
十一	.	烟草	和	这	药物	哪个	损伤	这	健康	-

十一、烟草和有害健康的药物 78

[ˌɛksˌaɪ'aɪ] .

XII	.
十二	.

十二、

[ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] ['beɪðɪŋ] -

The	Skin	and	Bathing	85
这	皮肤	和	洗澡	-

皮肤与沐浴 85

[ˌɛksˌaɪ'aɪ'aɪ] .

XIII	.
十三	.

十三、

['kləʊðɪŋ] [ænd; ənd] [haʊ] [tuː; tə] [juːz] [ˌaɪ 'tiː] -
Clothing **and** **how** **to** **use** **It** **94**
衣服 和 如何 到 使用 它 -

服装及其使用方法 94

[ˌɛksˌaɪ'viː] .
XIV **.**
十四 .

十四、

['briːðɪŋ] -
Breathing **100**
呼吸 -

呼吸 100

['ɛks'viː] .
XV **.**
十五 .

十五、

[freʃ] [eə(r)] [ænd; ənd] [helθ] -
Fresh **Air** **and** **Health** **111**
新鲜的 空气 和 健康 -

新鲜空气与健康 111

[ˌɛks'viː'aɪ] .
XVI **.**
十六 .

十六、

[ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [haʊ] [ˌaɪ 'tiː] [fləʊz] [θruː] [ðə; ði] ['bɒdi] -
The **Blood** **and** **how** **it** **flows** **through** **the** **Body** **117**
这 血 和 如何 它 流量 通过 这 身体 -

血液及其在体内的流动 117

[ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ] .
XVII **.**
十七 .

十七、

['ɪnsekts] [ænd; ənd] [helθ] -
Insects **and** **Health** **127**
昆虫 和 健康 -

昆虫与健康 127

[ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ'aɪ] .
XVIII **.**
十八 .

十八、

[haʊ] [ðə; ði] ['bɒdi] [muːvz] -
How **the** **Body** **Moves** **135**
如何 这 身体 移动 -

身体如何运动 135

[[ˌpiː 'dʒiː][eit]]
[**Pg** **8** **]**
[页 8]

[第 8 页]

[ˌɛksˌaɪ'ɛks] .
XIX **.**
十九 .

十九、

[ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ænd; ənd] [helθ] -

The	Muscles	and	Health	144
这	肌肉	和	健康	-

肌肉与健康 144

['eks 'eks] .

XX	.
xx	.

XX.

[haʊ] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] ['gʌvənd] -

How	the	Body	is	Governed	149
如何	这	身体	是	受统治	-

身体如何运作 149

[ˌɛks'ɛks'aɪ] .

XXI	.
二十一	.

二十一世纪

[haʊ] [nɑːr'kɑːtɪks][ænd; ənd] ['stɪmjələnts] [ə'fekt] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [nɜːvz] -

How	Narcotics	and	Stimulants	affect	the	Brain	and	Nerves	158
如何	毒品	和	兴奋剂	影响	这	脑	和	神经	-

麻醉剂和兴奋剂如何影响大脑和神经 158

[ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ] .

XXII	.
二十二	.

二十二、

[ðə; ði] ['sensɪz] , [ɔː(r)] [dɔːz] [ɒv; əv] ['nɒlɪdʒ] -

The	Senses	,	or	Doors	of	Knowledge	165
这	感官	, 或者		门	的	知识	-

感官，或知识之门 165

[ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ'aɪ] .

XXIII	.
二十三	.

二十三、

['kiːpɪŋ] [ə'weɪ] ['sɪknəs] -

Keeping	away	Sickness	174
保持	离开	疾病	-

预防疾病 174

[ˌɛks'ɛks'aɪ'viː] .

XXIV	.
二十四	.

二十四、

['helpɪŋ] [bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði]['dɒktə(r)] ['kɒmz] -

Helping	before	the	Doctor	Comes	183
帮助	前	这	医生	来	-

医生到来之前提供帮助 183

['ɪndeks] -

Index	189
指数	-

索引 189

[[ˌpiː 'dʒiː][naɪn]]

[	Pg	9	]
[	页	9	]

[第9页]

[helθ] ['lesnz]
HEALTH **LESSONS**
健康 课程

健康小贴士

['tʃæptə(r)] [ai]
CHAPTER **I**
章 我

第一章

['keərɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [helθ]
CARING **FOR** **THE** **HEALTH**
关怀 为了 这 健康

关爱健康

[gʊd] [helθ] ['betə(r)][ðæn; ðən][gəʊld] . — ['hɔːsɪz] [ænd; ənd] ['haʊzɪz] , [bɔːlz][ænd; ənd] [dɒlz] ,
Good **Health** **better** **than** **Gold** **.** **—** **Horses** **and** **houses** **,** **balls** **and** **dolls** **,**
好的 健康 更好的 比 金子 . — 马匹 和 房屋 , 球 和 娃娃 ,

健康胜过黄金。——马匹和房子，球和娃娃，

[ænd; ənd] [mʌtʃ] [els] [ðæt] ['piːp(ə)l] [θɪŋk] [ðeɪ] [wɒnt] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] ['hæpi] [kæn; kən][biː; bi]
and **much** **else** **that** **people** **think** **they** **want** **to** **make** **them** **happy** **can** **be**
和 很多 别的 那 人们 思考 他们 想 到 制作 他们 快乐的 能 是
[bɔːt] [wɪð] ['mʌni] .
bought **with** **money** **.**
买 和 钱 .

许多人们认为能让自己快乐的东西都可以用金钱买到。

[ðə; ði][wʌn] [θɪŋ] [wɪtʃ] [ɪz] [wɜːθ] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ɔːl] [els] ['kænɒt] [biː; bi] [bɔːt] [wɪð] ['iːv(ə)n][ə; eɪ]
The **one** **thing** **which** **is** **worth** **more** **than** **all** **else** **cannot** **be** **bought** **with** **even** **a**
这 一 事物 哪个 是 值得 更多的 比 全部 别的 不能 是 买 和 甚至 一个
['haʊsfʊl] [ɒv; əv][gəʊld] .
houseful **of** **gold** **.**
满屋 的 金子 .

有一样东西比世间万物都更有价值，即使拥有满屋子的黄金也买不到。

[ðɪs] [θɪŋ] [ɪz] [gʊd] [helθ] .
This **thing** **is** **good** **health** **.**
这 事物 是 好的 健康 .

这是指身体健康。

['əʊvə(r)] [θriː] ['mɪljən] [p'ɜːsənz] [ɪn]['aʊə(r)] ['kʌntri] [ɑː(r); ə(r)] [naʊ] [sɪk] ,
Over **three** **million** **persons** **in** **our** **country** **are** **now** **sick** **,**
超过 三 百万 人 在 我们的 国家 是 现在 生病的 ,

我国目前已有超过三百万人患病，

[ænd; ənd] ['meni] [ɒv; əv][ðem; ðəm][ɑː(r); ə(r)] ['sʌfərɪŋ] [mʌtʃ] [peɪn] .
and **many** **of** **them** **are** **suffering** **much** **pain** **.**
和 许多 的 他们 是 痛苦 很多 疼痛 .

他们中的许多人正在遭受巨大的痛苦。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðem; ðəm] [wʊd] [gɪv] [ɔːl][ðə; ði] ['mʌni] [ðeɪ] [hæv; həv][tuː; tə][geɪn] [wʌns] [mɔː(r)][ðə; ði]
Some **of** **them** **would** **give** **all** **the** **money** **they** **have** **to** **gain** **once** **more** **the**
一些 的 他们 会 给 全部 这 钱 他们 有 到 获得 一次 更多的 这
[gʊd] [helθ] [wɪtʃ] [ðə; ði][pʊrɪst; pɔːrɪst] [meɪ] ['juːʒuəli; 'juːʒəli][ɪn'dʒɔɪ][baɪ] [raɪt] ['lɪvɪŋ] [deɪ] [baɪ] [deɪ] .
good **health** **which** **the** **poorest** **may** **usually** **enjoy** **by** **right** **living** **day** **by** **day** **.**
好的 健康 哪个 这 最贫困 可能 通常 享受 经过 正确的 活的 天 经过 天 .

他们中的一些人愿意倾尽所有，只为重新获得健康的身体，而这种健康的身体，即使是最贫困的人，也能通过每天的正确生活方式而享有。

[haʊ] [lɒŋ] [ʃæl; ʃəl][juː; jʊ][lɪv; laɪv] ?

How	long	shall	you	live	?
如何	长的	将	你	居住	?

你能活多久?

— [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [məʊst][ɒv; əv][ðə; ði] [p'ɜːsənz] [bɔːn] [lɪv; laɪv][tuː; tə][biː; bi]['əʊvə(r)] ['fɔːti] [j'iəz] [ɒv; əv]

—	In	this	country	most	of	the	persons	born	live	to	be	over	forty	years	of
—	在	这	国家	最多	的	这	人	出生	居住	到	是	超过	四十	年	的

[eɪdʒ] ,

age	,
年龄	,

在这个国家，大多数人都能活到四十岁以上。

[ænd; ənd][sʌm; səm][lɪv; laɪv][mɔː(r)][ðæn; ðən][wʌn] ['hʌndrəd] [j'iəz] .

and	some	live	more	than	one	hundred	years	.
和	一些	居住	更多的	比	一	百	年	.

有些活到一百岁以上。

[ə; eɪ] ['hʌndrəd] [j'iəz] [ə'gəʊ][məʊst] [p'ɜːsənz] [daɪd] [bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði][eɪdʒ][ɒv; əv] ['θɜːti] - [faɪv] [j'iəz] .

A	hundred	years	ago	most	persons	died	before	the	age	of	thirty	-	five	years	.
一个	百	年	前	最多	人	死亡	前	这	年龄	的	三十	-	五	年	.

一百年前，大多数人活不到三十五岁。

[ɪn] ['lʌndən] [θriː] ['hʌndrəd] [j'iəz] [ə'gəʊ]['əʊnli] [ə'baʊt] [wʌn] [hɑːf][ɒv; əv] [ðəʊz] [bɔːn] [riːtʃt] [ðə; ði][eɪdʒ]

In	London	three	hundred	years	ago	only	about	one	half	of	those	born	reached	the	age
在	伦敦	三	百	年	前	仅有的	关于	一	一半	的	那些	出生	达到	这	年龄

[ɒv; əv] ['twenti] - [faɪv] [j'iəz] .

of	twenty	-	five	years	.
的	二十	-	五	年	.

三百年前的伦敦，只有大约一半的出生人口能活到二十五岁。

['skeəsli] [wʌn] [hɑːf][ɒv; əv][ðə; ði] ['piːp(ə)l] [ɪn] ['ɪndiə] [tuː; tə] - [deɪ] [lɪv; laɪv] [bɪ'jɒnd] [ðə; ði][eɪdʒ][ɒv; əv] ['twenti]

Scarcely	one	half	of	the	people	in	India	to	-	day	live	beyond	the	age	of	twenty
几乎	一	一半	的	这	人们	在	印度	到	-	天	居住	超过	这	年龄	的	二十

- [faɪv] [j'iəz] .

-	five	years	.
-	五	年	.

如今，印度只有不到一半的人能活过25岁。

[ɪn][fækt] ,

In	fact	,
在	事实	,

实际上，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	10	]
[	页	-	]

[第10页]

['piːp(ə)l] [ɪn] ['ɪndiə] [ɑː(r); ə(r)] ['daɪɪŋ] ['nɪəli] [twaɪs] [æz; əz][fɑːst][æz; əz][ɪn]['aʊə(r)] [əʊn] ['kʌntri] .

people	in	India	are	dying	nearly	twice	as	fast	as	in	our	own	country	.
人们	在	印度	是	垂死	几乎	两次	作为	快速地	作为	在	我们的	自己的	国家	.

印度的死亡速度几乎是我们国家的两倍。

[ðɪs] [ɪz][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [hæv; həv][nɒt] ['lɜːnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [teɪk] [keə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ɪn] ['ɪndiə] [səʊ]

This	is	because	they	have	not	learned	how	to	take	care	of	the	body	in	India	so
这	是	因为	他们	有	不是	学习	如何	到	拿	关心	的	这	身体	在	印度	所以

[wel] [æz; əz][wiː; wi][hæv; həv] .

well	as	we	have	.
出色地	作为	我们	有	.

这是因为印度人还没有像我们一样学会好好保养身体。

[fɪg] . [wʌn] — [baɪ] [raɪt] ['lɪvɪŋ] [ðɪs] ['wʊmən] [rɪ'meɪnd] [ɪn] [gʊd] [helθ] [fɔː(r); fə(r)] ['sevrəl] [j'iəz]

Fig	.	1	—	By	right	living	this	woman	remained	in	good	health	for	several	years
如图	.	1	—	经过	正确的	活的	这	女士	剩余	在	好的	健康	为了	一些	年

['ɑːftə(r)][ʃiː; ʃi][wɒz; wəz][ə; eɪ] ['sentʃəri] [əʊld] .

after	she	was	a	century	old	.
后	她	曾是	一个	世纪	老的	.

图 1 —这位女士生活方式健康，百岁高龄后仍保持了数年的健康。

[ðə; ði] ['stʌdi] [wɪtʃ] [telz] [haʊ] [tuː; tə] [kiːp] [wel] [ɪz] ['haɪdʒiːn] .

The	study	which	tells	how	to	keep	well	is	Hygiene	.
这	学习	哪个	讲述	如何	到	保持	出色地	是	卫生	.

保持健康的秘诀在于卫生。

['weðə(r)] [juː; jʊ] [kiːp] [wel] [ænd; ənd][lɪv; laɪv] [lɒŋ] , [ɔː(r)] ['sʌfə(r)] [mʌtʃ] [frɒm; frəm] ['hedeikiz] , [kəʊld] ,

Whether	you	keep	well	and	live	long	,	or	suffer	much	from	headaches	,	cold	,
无论	你	保持	出色地	和	居住	长的	,	或者	遭受	很多	从	头痛	,	寒冷的	,

[ænd; ənd] ['ʌðə(r)] ['sɪknəs] ,

and	other	sickness	,
和	其他	疾病	,

无论你身体健康、长寿，还是饱受头痛、感冒和其他疾病的折磨，

[dɪ'pendz] ['lɑːdʒli] [ɒn] [haʊ] [juː; jʊ][keə(r)][fɔː(r); fə(r)][jɔː(r); jə(r)] ['bɒdi] .

depends	largely	on	how	you	care	for	your	body	.
取决于	很大程度上	在	如何	你	关心	为了	你的	身体	.

很大程度上取决于你如何保养自己的身体。

['wɜːkɪŋ] [tə'geðə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [helθ] . — [wʌn] ['kænɒt] ['ɔːlweɪz] [kiːp] [wel] [ænd; ənd] [strɒŋ] [baɪ][hɪz; ɪz]

Working	together	for	Health	.	—	One	cannot	always	keep	well	and	strong	by	his
在职的	一起	为了	健康	.	—	一	不能	总是	保持	出色地	和	强的	经过	他的

[əʊn] ['efəts] .

own	efforts	.
自己的	努力	.

携手共创健康——一个人不可能总是仅靠自身努力保持健康和强壮。

[ðə; ði]['grəʊsə(r)][ænd; ənd] ['mɪlkmən] [meɪ] [sel] [tuː; tə][juː; jʊ][bæd] [fuːd] , [ðə; ði] [taʊn] [meɪ] ['fɜːnɪʃ]

The	grocer	and	milkman	may	sell	to	you	bad	food	,	the	town	may	furnish
这	杂货商	和	送奶工	可能	卖	到	你	坏的	食物	,	这	镇	可能	提供

[ɪm'pjʊə(r)]['wɔːtə(r)] ,

impure	water	,
不纯	水	,

杂货店老板和送奶工可能会卖给你变质的食物，镇上可能会提供不洁净的水。

[tʃɜːtʃɪz] [ænd; ənd] [skuːlz] [meɪ] ['ɪndʒə(r)][jɔː(r); jə(r)] [helθ] [baɪ] ['feɪlɪŋ] [tuː; tə] [sə'plaɪ] [freʃ] [eə(r)][ɪn]

churches	and	schools	may	injure	your	health	by	failing	to	supply	fresh	air	in
教堂	和	学校	可能	损伤	你的	健康	经过	失败	到	供应	新鲜的	空气	在

[ðeə(r)] ['bɪldɪŋz] .

their	buildings	.
他们的	建筑物	.

教堂和学校如果未能向建筑物内提供新鲜空气，可能会损害您的健康。

[mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['θaʊz(ə)nd] ['piːp(ə)l] [wɜː(r); wə(r)] [meɪd] ['veri] [sɪk] [lɑːst] [jɪə(r)] [θruː]

More	than	a	hundred	thousand	people	were	made	very	sick	last	year	through
更多的	比	一个	百	千	人们	是	制成	非常	生病的	最后的	年	通过

[ðə; ði][juːz][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] ['pɔɪz(ə)nd] [baɪ] [weɪst] ['mætə(r)] [wɪtʃ] ['ʌðə(r)] [p'ɜːsənz] ['keələsli] [let] [riːtʃ]

the	use	of	water	poisoned	by	waste	matter	which	other	persons	carelessly	let	reach
这	使用	的	水	中毒	经过	浪费	事情	哪个	其他	人	粗心大意	让	抵达

[ðə; ði] [striːmz] [ænd; ənd] [welz] .

the	streams	and	wells	.
这	溪流	和	水井	.

去年，超过十万人因饮用被他人随意丢弃的废物污染的水而患上重病，这些废物流入了溪流和水井。

['meni] [ɒv; əv][ðə; ði] [sɪk] [daɪd][ɒv; əv][ðə; ði]['fiːvə(r)] [kɔːzd] [baɪ] [ðɪs] ['wɔːtə(r)] .

Many	of	the	sick	died	of	the	fever	caused	by	this	water	.
许多	的	这	生病的	死亡	的	这	发烧	导致	经过	这	水	.

许多病人死于这种水引起的发烧。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	11	]
[	页	-	]

[第11页]

[ɔːl'ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː] ['kænɒt] [biː; bi] [sed] [ðæt] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [ɪn'geɪdʒd] [ɪn] ['riːəl] [wɔː(r)] ,

Although	it	cannot	be	said	that	we	are	engaged	in	real	war	,
虽然	它	不能	是	说	那	我们	是	已订婚的	在	真实的	战争	,

虽然不能说我们正处于真正的战争状态，

[jet] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)]['ʃʊəli; 'ʃɔːli] ['kɪlɪŋ] [wʌn] [ə'nʌðə(r)] [baɪ]['aʊə(r)] ['θɔːtləs] ['hæbɪts][ɪn] ['skætərɪŋ]

yet	we	are	surely	killing	one	another	by	our	thoughtless	habits	in	scattering
然而	我们	是	一定	杀	一	其他	经过	我们的	轻率	习惯	在	散射

[dɪ'ziːz] .

disease	.
疾病	.

然而，我们却因不加思考的习惯而互相残杀，传播疾病。

[wiː; wi][mʌst; məst] ['ðeəfɔː(r)] [nɒt]['əʊnli] [nəʊ] [haʊ] [tuː; tə][keə(r)][fɔː(r); fə(r)]['aʊə(r)] [əʊn] ['bɒdɪz] ,

We	must	therefore	not	only	know	how	to	care	for	our	own	bodies	,
我们	必须	所以	不是	仅有的	知道	如何	到	关心	为了	我们的	自己的	身体	,

因此，我们不仅要知道如何照顾自己的身体，

[bʌt; bət] [tiːtʃ] [ɔːl][tuː; tə] [help] [wʌn] [ə'nʌðə(r)] [tuː; tə] [kiːp] [wel] .

but	teach	all	to	help	one	another	to	keep	well	.
但	教	全部	到	帮助	一	其他	到	保持	出色地	.

但要教导所有人互相帮助，保持健康。

[ə; eɪ] ['les(ə)n] [frɒm; frəm][wɔː(r)] . — [ðə; ði] ['menʃ(ə)n] [ɒv; əv][wɔː(r)] [meɪks] [ðəʊz] [huː] [nəʊ] [ɪts] [t'ɛɹəz]

A	Lesson	from	War	.	—	The	mention	of	war	makes	those	who	know	its	terrors
一个	课	从	战争	.	—	这	提到	的	战争	制作	那些	WHO	知道	它是	恐怖

['ʃʌdə(r)] .

shudder	.
不寒而栗	.

战争的教训——一提到战争，那些了解战争恐怖的人就会不寒而栗。

[dɪ'ziːz] [hæz; həz] [kɔːzd] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ten] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] ['sʌfərɪŋ] [ænd; ənd] [deθ] [æz; əz]

Disease	has	caused	more	than	ten	times	as	much	suffering	and	death	as
疾病	有	导致	更多的	比	十	时代	作为	很多	痛苦	和	死亡	作为

[wɔː(r)] [wɪð] [ɪts] ['hɑːvɪst] [ɒv; əv] ['mæŋgld] ['bɒdɪz] ,

war	with	its	harvest	of	mangled	bodies	,
战争	和	它是	收成	的	残缺不全	身体	,

疾病造成的痛苦和死亡是战争的十倍以上，战争带来的残肢断骸更是触目惊心。

['ʃætəd] [lɪmz] , [ænd; ənd]['blaɪndɪd] [aɪz] .

shattered	limbs	,	and	blinded	eyes	.
破碎	四肢	,	和	失明	眼睛	.

四肢残缺，双目失明。

[ɪn]['aʊə(r)][fɔː(r)] [mʌnθs] - [wɔː(r)] [wɪð] [speɪn] [ɪn] - ['əʊnli] - ['səʊldʒəz][wɜː(r); wə(r)] [kɪld] [ɪn]['bæt(ə)l] ,

In	our	four	months	'	war	with	Spain	in	1898	only	268	soldiers	were	killed	in	battle	,
在	我们的	四	几个月	-	战争	和	西班牙	在	-	仅有的	-	士兵	是	被杀	在	战斗	,

在1898年与西班牙的四个月战争中，只有268名士兵在战斗中阵亡。

[waɪl] ['nɪəli] - [breɪv] [men] [daɪd][frɒm; frəm] [dɪ'ziːz] .

while	nearly	4000	brave	men	died	from	disease	.
尽管	几乎	-	勇敢的	男人	死亡	从	疾病	.

另有近4000名勇敢的战士死于疾病。

[wiː; wi] [lɒst] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ten] [men] [baɪ] [dɪ'ziːz] [tuː; tə] ['evri] [wʌn] [kɪld] [baɪ] ['bʊlɪt] .

We	lost	more	than	ten	men	by	disease	to	every	one	killed	by	bullets	.
我们	丢失的	更多的	比	十	男人	经过	疾病	到	每一个	一	被杀	经过	子弹	.

我们死于疾病的人数比死于枪击的人数多出十倍以上。

[ɪn][ðə; ði] [leɪt] [wɔː(r)] [bɪ'twiːn] [dʒə'pæn][ænd; ənd] ['rʌʃə] [ðə; ði][ˌdʒæpə'niːz]['səʊldʒəz] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)]

In	the	late	war	between	Japan	and	Russia	the	Japanese	soldiers	cared	for
在	这	晚的	战争	之间	日本	和	俄罗斯	这	日本人	士兵	关心	为了

[ðeə(r)] [helθ] [səʊ] ['keəfəli] [ðæt] ['əʊnli][wʌn] [fɔːθ] [æz; əz] ['meni] [daɪd][frɒm; frəm] [dɪ'ziːz] [æz; əz]

their	health	so	carefully	that	only	one	fourth	as	many	died	from	disease	as
他们的	健康	所以	小心	那	仅有的	一	第四	作为	许多	死亡	从	疾病	作为

['perɪʃt] [ɪn]['bæt(ə)l] .

perished	in	battle	.
遇难	在	战斗	.

在日俄战争后期，日本士兵非常注重健康，因此死于疾病的人数只有战死人数的四分之一。

[ðɪs] [ʃəʊz] [ðæt] [wɪð] [keə(r)][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [helθ] [ðə; ði] [smɔːl] [men] [ɒv; əv][dʒə'pæn] [seɪvd]

This	shows	that	with	care	for	the	health	the	small	men	of	Japan	saved
这	演出	那	和	关心	为了	这	健康	这	小的	男人	的	日本	已保存

[ðəm'selvz] [frɒm; frəm] [dɪ'ziːz] ,

themselves	from	disease	,
他们自己	从	疾病	,

这表明，日本的小人物们通过注重健康，避免了疾病的侵袭。

[ænd; ənd] [ðʌs] [wʌn] [ə; eɪ] ['vɪktəri] [təʊld] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [wɜːld] .

and	thus	won	a	victory	told	around	the	world	.
和	因此	韩元	一个	胜利	讲述	大约	这	世界	.

就这样，他们赢得了一场举世闻名的胜利。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[ˌtuː'tuː] — [ðə; ði] ['sɜːdʒən] ['dʒen(ə)rəl] [huː] , [baɪ] ['kiːpɪŋ] [ðə; ði]['səʊldʒəz] [wel] ,

2	—	The	Surgeon	General	who	,	by	keeping	the	soldiers	well	,
2	—	这	外科医生	一般的	WHO	,	经过	保持	这	士兵	出色地	,

2 —军医总监，他通过保持士兵的健康，

[helpt] [dʒə'pæn] [wɪn] [ɪn][ðə; ði][wɔː(r)] [ə'genst] ['rʌʃə] .

helped	Japan	win	in	the	war	against	Russia	.
帮助	日本	赢	在	这	战争	反对	俄罗斯	.

帮助日本赢得了对俄战争。

[ðə; ði]['bæt(ə)l] [wɪð] [dɪ'ziːz] . — [fɔː(r); fə(r)] [lɒŋ] ['eɪdʒɪz] ['sɪknəs] [hæz; həz] [kɔːzd] [mɔː(r)] ['sɒrəʊ] ,

The	Battle	with	Disease	.	—	For	long	ages	sickness	has	caused	more	sorrow	,
这	战斗	和	疾病	.	—	为了	长的	年龄	疾病	有	导致	更多的	悲哀	,

['mɪzəri] , [ænd; ənd] [deθ] [ðæn; ðən] ['fæmɪn] ,

misery	,	and	death	than	famine	,
苦难	,	和	死亡	比	饥荒	,

与疾病的斗争——长久以来，疾病造成的悲伤、痛苦和死亡比饥荒还要多。

[wɔː(r)] , [ænd; ənd][waɪld] [biːsts] .

war	,	and	wild	beasts	.
战争	,	和	荒野	野兽	.

战争和野兽。

['meni] [j'iəz] [ə'gəʊ][ə; eɪ] [pleɪg] [kɔːld] [ðə; ði] [blæk] [deθ] [swept] ['əʊvə(r)][məʊst][ɒv; əv][ðə; ði] [ɜːθ] ,

Many	years	ago	a	plague	called	the	black	death	swept	over	most	of	the	earth	,
许多	年	前	一个	瘟疫	称为	这	黑色的	死亡	扫荡	超过	最多	的	这	地球	,

很多年前，一场名为黑死病的瘟疫席卷了地球大部分地区。

[ænd; ənd] [kɪld] ['nɪəli] [wʌn] [θɜːd] [ɒv; əv][ðə; ði]
and killed nearly one third of the
和 被杀 几乎 一 第三 的 这

并杀死了近三分之一的人

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 12]
[页 -]

[第12页]

[ɪn'hæbətənt] .
inhabitants .
居民 .

居民。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] ['hʌndrəd] [j'iəz] [ə'gəʊ] ['jeləʊ] ['fiːvə(r)] [kɪld] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] ['piːp(ə)l]
A little more than a hundred years ago yellow fever killed thousands of people
一个 小的 更多的 比 一个 百 年 前 黄色的 发烧 被杀 数千 的 人们
[ɪn] [ˌfɪlə'delfiə] [ænd; ənd] [njuː] [jɔːk] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] .
in Philadelphia and New York in a few weeks .
在 费城 和 新的 约克 在 一个 很少 周 .

一百多年前，黄热病在短短几周内就夺去了费城和纽约数千人的生命。

[wen] ['bɒstən] [wɒz; wəz][ə; eɪ] ['sɪti] [wɪð] [ə; eɪ][ˌpɒpju'leɪʃ(ə)n][ɒv; əv] - , - ,
When Boston was a city with a population of 11 , 000 ,
什么时候 波士顿 曾是 一个 城市 和 一个 人口 的 - , - ,

当波士顿还是一座人口为 11,000 的城市时，

[mɔː(r)][ðæn; ðən][wʌn] [hɑːf][ɒv; əv][ðə; ði] [p'ɜːsənz] [hæd; həd]['smɔːlpɒks][ɪn][wʌn] [jɪə(r)] .
more than one half of the persons had smallpox in one year .
更多的 比 一 一半 的 这 人 有 天花 在 一 年 .

一年内，超过一半的人得过天花。

[wɪ'ðɪn] [ə; eɪ] [fjuː] [j'iəz] [wʌn] [hɑːf][ɒv; əv][ðə; ði] ['stɜːdi] [red] [men] [ɒv; əv]['aʊə(r)]['fɔːrɪsts; 'fɑːrɪsts][wɜː(r); wə(r)]
Within a few years one half of the sturdy red men of our forests were
之内 一个 很少 年 一 一半 的 这 结实的 红色的 男人 的 我们的 森林 是
[sleɪn] [baɪ]['smɔːlpɒks] [wen] [ˌaɪ 'tiː] [fɜːst] ['vɪzɪtɪd] ['aʊə(r)] [ʃɔːz] .
slain by smallpox when it first visited our shores .
被杀 经过 天花 什么时候 它 第一的 到访 我们的 海岸 .

短短几年内，天花首次传入我国海岸时，我们森林里一半强壮的红种人就被天花夺去了生命。

[bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði] [jɪə(r)] - [fjuː] [bɔɪz] [ɔː(r)][g'ɜːlz] [riːtʃt] [ðə; ði][eɪdʒ][ɒv; əv] ['twenti] [j'iəz] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ]
Before the year 1798 few boys or girls reached the age of twenty years without a
前 这 年 - 很少 男孩们 或者 女孩们 达到 这 年龄 的 二十 年 没有 一个
[pɪt] - [mɑːkt] [feɪs] [djuː] [tuː; tə][ðə; ði] ['dredf(ə)l] [dɪ'ziːz] [ɒv; əv]['smɔːlpɒks] .
pit - marked face due to the dreadful disease of smallpox .
坑 - 标记 脸 到期的 到 这 可怕 疾病 的 天花 .

1798 年以前，很少有男孩或女孩能活到 20 岁而不因可怕的天花疾病而脸上留下坑坑洼洼的痕迹。

[ðɪs] [dɪ'ziːz] [wɒz; wəz] ['fɔːməli] [mɔː(r)] ['kɒmən] [ðæn; ðən] ['miːz(ə)lz] [ænd; ənd] ['tʃɪkɪn] [pɒks] [naʊ]
This disease was formerly more common than measles and chicken pox now
这 疾病 曾是 以前 更多的 常见的 比 麻疹 和 鸡 天花 现在
[ɑː(r); ə(r)][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][hæd; həd][nɒt] [jet] ['lɜːnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ˌaɪ 'tiː][æz; əz][wiː; wi][duː; də]
are because we had not yet learned how to prevent it as we do
是 因为 我们 有 不是 然而 学习 如何 到 防止 它 作为 我们 做
[tuː; tə] - [deɪ] .
to - day .
到 - 天 .

这种疾病以前比现在的麻疹和水痘更常见，因为我们当时还没有学会像今天这样预防它。

['vɪktəri] ['əʊvə(r)] [dɪ'ziːz] . — ['kɒlərə] , ['jeləʊ] ['fiːvə(r)] , [blæk] [deθ] , [ænd; ənd]['smɔːlpɒks][nəʊ]

Victory	**over**	**Disease**	**.**	**—**	**Cholera**	**,**	**yellow**	**fever**	**,**	**black**	**death**	**,**	**and**	**smallpox**	**no**
胜利	超过	疾病	.	—	霍乱	,	黄色的	发烧	,	黑色的	死亡	,	和	天花	不

[lɒŋgə(r)] [kɔːz] ['piːp(ə)l] [tuː; tə]

longer	**cause**	**people**	**to**
更长	原因	人们	到

战胜疾病——霍乱、黄热病、黑死病和天花不再导致人们死亡。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**13**	**]**
[	页	-	]

[第13页]

[fliː] ['ɪntuː][ðə; ði] ['wɪldənəs] [tuː; tə] [ɪ'skeɪp] [ðem; ðəm] [wen] [ðeɪ] [ə'keɪʒnəli] [breɪk] [aʊt] [ɪn][ə; eɪ]

flee	**into**	**the**	**wilderness**	**to**	**escape**	**them**	**when**	**they**	**occasionally**	**break**	**out**	**in**	**a**
逃跑	进入	这	荒野	到	逃脱	他们	什么时候	他们	偶尔	休息	出去	在	一个

[taʊn] [ɔː(r)] ['sɪti] .

town	**or**	**city**	**.**
镇	或者	城市	.

当敌人偶尔在城镇或城市里发动袭击时，人们会逃入荒野躲避他们。

[wiː; wi][hæv; həv] ['lɜːnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðiːz] ['eɪlmənts] [ə'mʌŋ] ['piːp(ə)l] [huː] [wɪl] [ə'beɪ] [ðə; ði]

We	**have**	**learned**	**how**	**to**	**prevent**	**these**	**ailments**	**among**	**people**	**who**	**will**	**obey**	**the**
我们	有	学习	如何	到	防止	这些	疾病	之中	人们	WHO	将要	服从	这

[lɔːz] [ɒv; əv] [helθ] .

laws	**of**	**health**	**.**
法律	的	健康	.

我们已经学会了如何预防那些遵守健康规律的人们患上这些疾病。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

[θriː] — [wʌn] [ɒv; əv][ðə; ði] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] ['stɜːdi] [red] [men] [wɪtʃ] ['smɔːlpɒks] [sluː] [bɪ'fɔː(r)] [wiː; wi]

3	**—**	**One**	**of**	**the**	**thousands**	**of**	**sturdy**	**red**	**men**	**which**	**smallpox**	**slew**	**before**	**we**
3	—	一	的	这	数千	的	结实的	红色的	男人	哪个	天花	一万	前	我们

['lɜːnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] .

learned	**how**	**to**	**prevent**	**the**	**disease**	**.**
学习	如何	到	防止	这	疾病	.

3 — 成千上万的强壮的红皮肤男子，在我们学会如何预防天花之前，天花夺去了他们的生命。

[ʌn'tɪl] [ðə; ði] [jɪə(r)] - , ['piːp(ə)l] [fled] [frɒm; frəm][ə; eɪ] ['sɪti] [wen] ['jeləʊ] ['fiːvə(r)][wɒz; wəz] [ə'naʊnst] ,

Until	**the**	**year**	**1900**	**,**	**people**	**fled**	**from**	**a**	**city**	**when**	**yellow**	**fever**	**was**	**announced**	**,**
直到	这	年	-	,	人们	逃亡	从	一个	城市	什么时候	黄色的	发烧	曾是	宣布	,

直到1900年，每当黄热病疫情爆发的消息传出，人们都会逃离城市。

[bʌt; bət] [naʊ] ['eni] [wʌn][kæn; kən] [sliːp] [wɪð] [ə; eɪ]['fiːvə(r)]['peɪʃ(ə)nt][ænd; ənd][nɒt] [kætʃ] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] ,

but	**now**	**any**	**one**	**can**	**sleep**	**with**	**a**	**fever**	**patient**	**and**	**not**	**catch**	**the**	**disease**	**,**
但	现在	任何	一	能	睡觉	和	一个	发烧	病人	和	不是	抓住	这	疾病	,

但现在任何人都可以和发烧病人睡觉而不会被传染。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][hæv; həv] ['lɜːnɪd] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ˌaɪ 'tiː] .

because	**we**	**have**	**learned**	**how**	**to**	**prevent**	**it**	**.**
因为	我们	有	学习	如何	到	防止	它	.

因为我们已经学会了如何预防它。

['nɜːsɪz] [ænd; ənd]['dɑːktərz][nəʊ][lɒŋgə(r)] ['hezɪteɪt] [tuː; tə][sɪt][fɔː(r); fə(r)] ['aʊəz] [ɪn][ðə; ði][rʊmz; ruːmz][ɒv; əv]

Nurses	and	doctors	no	longer	hesitate	to	sit	for	hours	in	the	rooms	of
护士	和	医生	不	更长	犹豫	到	坐	为了	小时	在	这	房间	的

[ðəʊz] [sɪk] [wɪð] ['smɔːlpɒks][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [nəʊ] [haʊ] [tuː; tə] [triːt] [ðə; ði] ['bɒdi] [tuː; tə] [kiːp] [ə'weɪ]

those	sick	with	smallpox	because	they	know	how	to	treat	the	body	to	keep	away
那些	生病的	和	天花	因为	他们	知道	如何	到	对待	这	身体	到	保持	离开

[ðɪs] [dɪ'ziːz] .

this	disease	.
这	疾病	.

护士和医生不再犹豫在天花病人的房间里坐上几个小时，因为他们知道如何治疗身体以预防这种疾病。

[baɪ] ['stʌdiɪŋ] [ðɪs] [bʊk] ,

By	studying	this	book	,
经过	学习	这	书	,

通过研读这本书，

[bɔɪz] [ænd; ənd][g'ɜːlz] [meɪ] [lɜːn] [nɒt]['əʊnli] [haʊ] [tuː; tə] [kiːp] [friː] [frɒm; frəm] [ðiːz] [dɪ'ziːzɪz] ,

boys	and	girls	may	learn	not	only	how	to	keep	free	from	these	diseases	,
男孩们	和	女孩们	可能	学习	不是	仅有的	如何	到	保持	自由的	从	这些	疾病	,

男孩女孩不仅可以学习如何远离这些疾病，

[bʌt; bət] [haʊ] [tuː; tə] ['mænɪdʒ] [ðeə(r)] ['bɒdɪz] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] [strɒŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [ɪ'skeɪp]

but	how	to	manage	their	bodies	to	make	them	strong	enough	to	escape
但	如何	到	管理	他们的	身体	到	制作	他们	强的	足够的	到	逃脱

['ʌðə(r)] [dɪ'ziːzɪz] .

other	diseases	.
其他	疾病	.

但如何锻炼他们的身体，使他们足够强壮，能够抵御其他疾病呢?

[æz; əz][ðə; ði] [twɪg] [ɪz] [bent] [səʊ][ðə; ði] [triː] [ɪz] [ɪn'klaɪnd] . — [ðɪs] [əʊld] ['seɪɪŋ] [miːnz] [ðæt] [ə; eɪ] [strɒŋ]

As	the	Twig	is	bent	so	the	Tree	is	inclined	.	—	This	old	saying	means	that	a	strong
作为	这	枝条	是	弯曲	所以	这	树	是	倾斜	.	—	这	老的	说	方法	那	一个	强的

,

,

,

树枝弯曲，整棵树也随之倾斜。——这句古老的谚语的意思是，强壮的、

[streɪt] , ['helθi] , [fʊl] - [grəʊn]

straight	,	healthy	,	full	-	grown
直的	,	健康	,	满的	-	生长

笔直、健康、完全成熟

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	14	]
[	页	-	]

[第14页]

[triː] ['kænɒt] [kʌm] [frɒm; frəm][ə; eɪ] [wiːk] [ænd; ənd] [bent] [jʌŋ] [triː] .

tree	cannot	come	from	a	weak	and	bent	young	tree	.
树	不能	来	从	一个	虚弱的	和	弯曲	年轻的	树	.

一棵虚弱弯曲的幼树不可能长成一棵树。

[helθ] [ɪn] ['mænhʊd] [ænd; ənd] ['wʊmənhʊd] [dɪ'pendz] [ɒn] [haʊ] [ðə; ði] [helθ] [ɪz] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)][ɪn]

Health	in	manhood	and	womanhood	depends	on	how	the	health	is	cared	for	in
健康	在	男子气概	和	女性	取决于	在	如何	这	健康	是	关心	为了	在

['tʃaɪldhʊd] .

childhood	.
童年	.

男性和女性的健康状况取决于童年时期的健康护理情况。

[ðə; ði] [faʊn'deɪʃ(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] [dɪ'ziːz] [ɪz]['ɒf(ə)n] [leɪd] ['djʊərɪŋ] [skuːl] [j'iəz] .

The	foundation	for	disease	is	often	laid	during	school	years	.
这	基础	为了	疾病	是	经常	铺设	期间	学校	年	.

疾病的根源往往在学生时代就已经埋下。

[ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ɒv; əv] [strɒŋ] ['bɒdɪz] [ðæt] [wɪl] [lɪv; laɪv] ['dʒɔɪəs] [laɪvz; lɪvz][fɔː(r); fə(r)] [lɒŋ] [j'iəz] [mʌst; məst]

The	making	of	strong	bodies	that	will	live	joyous	lives	for	long	years	must
这	制作	的	强的	身体	那	将要	居住	欢乐	生活	为了	长的	年	必须

[bɪ'gɪn] [ɪn] ['bɔɪhʊd] [ænd; ənd] ['gɜːlhʊd] .

begin	in	boyhood	and	girlhood	.
开始	在	童年	和	少女时代	.

强健的体魄，才能使人拥有长久快乐的人生，而这必须从男孩和女孩的童年时期开始。

[ɪn] [juːθ] [ɪz][ðə; ði] [taɪm] [tuː; tə] [bɪ'gɪn] [raɪt] ['lɪvɪŋ] .

In	youth	is	the	time	to	begin	right	living	.
在	青年	是	这	时间	到	开始	正确的	活的	.

青年时期是开始正确生活的最佳时期。

[bæd]['hæbɪts] [fɔːmd] [ɪn] ['ɜːli] [laɪf] ['ɒf(ə)n] [kɔːz] [mʌtʃ] ['sɒrəʊ] [ɪn]['leɪtə(r)] [j'iəz] .

Bad	habits	formed	in	early	life	often	cause	much	sorrow	in	later	years	.
坏的	习惯	形成	在	早期的	生活	经常	原因	很多	悲哀	在	之后	年	.

早年养成的不良习惯往往会在晚年造成很多痛苦。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [ðæt] ['əʊvə(r)][wʌn] [hɑːf][ðə; ði] ['drʌŋkəd] [bɪ'gæn] ['drɪŋkɪŋ] ['lɪkə(r)] [bɪ'fɔː(r)] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)]

It	is	said	that	over	one	half	the	drunkards	began	drinking	liquor	before	they	were
它	是	说	那	超过	一	一半	这	醉汉	开始	喝	酒	前	他们	是

['twenti] [j'iəz] [ɒv; əv][eɪdʒ][ænd; ənd][məʊst][ɒv; əv][ðə; ði] ['smәʊkəz] [bɪ'gæn][tuː; tə][juːz][tə'bækəʊ] [bɪ'fɔː(r)]

twenty	years	of	age	and	most	of	the	smokers	began	to	use	tobacco	before
二十	年	的	年龄	和	最多	的	这	吸烟者	开始	到	使用	烟草	前

[ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] ['twenti] [j'iəz] [əʊld] .

they	were	twenty	years	old	.
他们	是	二十	年	老的	.

据说超过一半的酗酒者在二十岁之前就开始喝酒，大多数吸烟者在二十岁之前就开始使用烟草。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wɒt] [ɪz] [wɜːθ] [məʊst][ɪn] [ðɪs] [wɜːld] ?

What	is	worth	most	in	this	world	?
什么	是	值得	最多	在	这	世界	?

在这个世界上，什么最有价值?

[ˌtuːˈtuː] . [haʊ] ['meni] ['piːp(ə)l] [ɑː(r); ə(r)] [sɪk] [ɪn]['aʊə(r)] ['kʌntri] ? [θriː] .

2	.	How	many	people	are	sick	in	our	country	?	3	.
2	.	如何	许多	人们	是	生病的	在	我们的	国家	?	3	.

2. 我们国家有多少人生病了? 3.

[haʊ] [lɒŋ] [duː; də][məʊst] ['piːp(ə)l] [lɪv; laɪv] ? [fɔːr] .

How	long	do	most	people	live	?	4	.
如何	长的	做	最多	人们	居住	?	4	.

大多数人能活多久? 4.

[waɪ] [duː; də] ['piːp(ə)l] [nɒt] [lɪv; laɪv] [lɒŋ] [ɪn] ['ɪndiə] ? [faɪv] .

Why	do	people	not	live	long	in	India	?	5	.
为什么	做	人们	不是	居住	长的	在	印度	?	5	.

为什么印度人的寿命普遍不长? 5.

[wɒt] [ɪz] ['haɪdʒiːn] ? [sɪks] .

What	is	hygiene	?	6	.
什么	是	卫生	?	6	.

什么是卫生? 6.

[haʊ] ['meni] [mɔː(r)] ['deθs] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːzd] [baɪ] [dɪ'ziːz] [ðæn; ðən][baɪ]

How	many	more	deaths	are	caused	by	disease	than	by
如何	许多	更多的	死亡人数	是	导致	经过	疾病	比	经过

疾病造成的死亡人数比……多多少?

[wɔː(r)] ? ['sɛvən] .

war	?	7	.
战争	?	7	.

战争? 7.

[gɪv] [sʌm; səm][fækts] [ə'baʊt] ['smɔːlpɒks] . [eit] .

Give	some	facts	about	smallpox	.	8	.
给	一些	事实	关于	天花	.	8	.

8. 请列举一些关于天花的事实。

[waɪ] [duː; də][wiː; wi][hæv; həv][nəʊ][fɪə(r)][ɒv; əv] ['jeləʊ] ['fiːvə(r)][ænd; ənd]['smɔːlpɒks]

Why	do	we	have	no	fear	of	yellow	fever	and	smallpox
为什么	做	我们	有	不	害怕	的	黄色的	发烧	和	天花

为什么我们对黄热病和天花没有丝毫恐惧?

[naʊ] ? [naɪn] .

now	?	9	.
现在	?	9	.

现在? 9.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ][biː; bi] ['keəf(ə)l] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] [helθ] [waɪl] [jʌŋ] ? - .

Why	should	you	be	careful	of	your	health	while	young	?	10	.
为什么	应该	你	是	小心	的	你的	健康	尽管	年轻的	?	-	.

为什么年轻时要注重健康? 10.

[wen] [duː; də][məʊst] ['smәʊkəz] [ænd; ənd] ['driŋkə] [bɪ'gɪn] [ðeə(r)][bæd]

When	do	most	smokers	and	drinkers	begin	their	bad
什么时候	做	最多	吸烟者	和	饮酒者	开始	他们的	坏的

大多数吸烟者和饮酒者何时开始出现不良习惯?

['hæbɪts] ?

habits	?
习惯	?

习惯?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	15	]
[	页	-	]

[第15页]

['tʃæptə(r)] [ˌaɪ 'aɪ]

CHAPTER	II
章	二

第二章

[pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi]

PARTS	OF	THE	BODY
部分	的	这	身体

身体部位

['riːdʒənz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] . — [ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [tɔːk] [ə'baʊt] ['eni] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ˌaɪ 'tiː]

Regions	of	the	Body	.	—	In	order	to	talk	about	any	part	of	the	body	it
地区	的	这	身体	.	—	在	命令	到	讲话	关于	任何	部分	的	这	身体	它

[mʌst; məst][hæv; həv][ə; eɪ] [neɪm] .

must	have	a	name	.
必须	有	一个	姓名	.

身体部位——要谈论身体的任何部位，它都必须有一个名称。

[ðə; ði] [meɪn] ['pɔːʃ(ə)n] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [trʌŋk] .

The	main	portion	of	the	body	is	called	the	trunk	.
这	主要的	部分	的	这	身体	是	称为	这	树干	.

身体的主要部分称为躯干。

[æt; ət][ðə; ði][tɒp][ɒv; əv][ðə; ði] [trʌŋk] [ɪz][ðə; ði] [hed] .

At	the	top	of	the	trunk	is	the	head	.
在	这	顶部	的	这	树干	是	这	头	.

树干顶端是树干的头部。

[ðə; ði] [ɑːmz] [ænd; ənd] [legz] [ɑː(r); ə(r)] [nəʊn] [æz; əz] [lɪmz] [ɔː(r)] [iks'tremitis] .

The	arms	and	legs	are	known	as	limbs	or	extremities	.
这	武器	和	腿	是	已知	作为	四肢	或者	四肢	.

胳膊和腿被称为肢体或四肢。

[ðə; ði] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [ɑːm] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['elbəʊ] [ænd; ənd] [rɪst] [ɪz][ðə; ði] ['fɔːrɑːm] .

The	part	of	the	arm	between	the	elbow	and	wrist	is	the	forearm	.
这	部分	的	这	手臂	之间	这	弯头	和	手腕	是	这	前臂	.

肘部到腕部之间的手臂部分是前臂。

[ðə; ði] [θaɪ] [ɪz][ðə; ði] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [leg] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [niː] [ænd; ənd] [hɪp] .

The	thigh	is	the	part	of	the	leg	between	the	knee	and	hip	.
这	大腿	是	这	部分	的	这	腿	之间	这	膝盖	和	时髦的	.

大腿是指膝盖和髋部之间的腿部部位。

[ðə; ði] ['ʌpə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [trʌŋk] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [tʃest] [ænd; ənd][ɪz] [ɪn'sɜːrkld] [baɪ][ðə; ði][rɪbz] .

The	upper	part	of	the	trunk	is	called	the	chest	and	is	encircled	by	the	ribs	.
这	上	部分	的	这	树干	是	称为	这	胸部	和	是	包围	经过	这	肋骨	.

躯干的上部称为胸部，由肋骨环绕。

[ðə; ði]['ləʊə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [trʌŋk] [ɪz] [nemd] [ðə; ði]['æbdəmən] .

The	lower	part	of	the	trunk	is	named	the	abdomen	.
这	降低	部分	的	这	树干	是	命名	这	腹部	.

躯干的下部称为腹部。

[ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['kævəti] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] [tʃest] [kən'teɪnz] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] [hɑːt] .

A	large	cavity	within	the	chest	contains	the	lungs	and	heart	.
一个	大的	空腔	之内	这	胸部	包含	这	肺	和	心	.

胸腔内有一个大空腔，其中包含肺和心脏。

[ðə; ði]['kævəti][ɒv; əv][ðə; ði]['æbdəmən][ɪz] [fɪld] [wɪð] [ðə; ði]['lɪvə(r)] , ['stʌmək] , [fuːd] [tjuːb] , [ænd; ənd]

The	cavity	of	the	abdomen	is	filled	with	the	liver	,	stomach	,	food	tube	,	and
这	空腔	的	这	腹部	是	已填	和	这	肝	,	胃	,	食物	管子	,	和

['ʌðə(r)] ['wɜːkɪŋ] [pɑːts] .

other	working	parts	.
其他	在职的	部分	.

腹腔内充满了肝脏、胃、食道和其他器官。

[ðə; ði][plæn][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] . — [ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt][ðə; ði] [seɪm] .

The	Plan	of	the	Body	.	—	All	parts	of	the	body	are	not	the	same	.
这	计划	的	这	身体	.	—	全部	部分	的	这	身体	是	不是	这	相同的	.

身体的构造——身体的各个部分并不相同。

[wʌn] [pɑːt] [hæz; həz][wʌn][kaɪnd][ɒv; əv] [wɜːk] [tuː; tə][duː; də] [waɪl] [ə'nʌðə(r)] [pəf'ɔːmz] [kwaɪt][ə; eɪ]

One	part	has	one	kind	of	work	to	do	while	another	performs	quite	a
一	部分	有	一	种类	的	工作	到	做	尽管	其他	表演	相当	一个

['dɪfrənt] ['djuːti] .

different	duty	.
不同的	责任	.

一部分负责一种工作，而另一部分则负责完全不同的工作。

[ðə; ði] ['kʌvərɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz][ðə; ði] [skɪn] .

The	covering	of	the	body	is	the	skin	.
这	覆盖	的	这	身体	是	这	皮肤	.

身体的覆盖物是皮肤。

[bɪ'niːθ] [ɪz][ðə; ði] [red] [miːt] [kɔːld] ['mʌs(ə)l] .

Beneath	is	the	red	meat	called	muscle	.
下面	是	这	红色的	肉	称为	肌肉	.

下面那层红色的肉叫做肌肉。

[ˌaɪ 'tiː] [lʊks] [dʒʌst] [laɪk] [ðə; ði] [biːf] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ði] ['bʊtʃə(r)] [ʃɒp] [wɪtʃ] [ɪz][ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [ɒv; əv]

It	looks	just	like	the	beef	bought	at	the	butcher	shop	which	is	the	muscle	of
它	看起来	只是	喜欢	这	牛肉	买	在	这	屠夫	店铺	哪个	是	这	肌肉	的

[ə; eɪ] [kaʊ] [ɔː(r)]

a	cow	or
一个	奶牛	或者

它看起来就像在肉店买的牛肉，也就是牛的肌肉。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	16	]
[	页	-	]

[第16页]

[ɒks] .

ox	.
牛	.

牛。

['nɪəli] [wʌn] [hɑːf][ɒv; əv][ðə; ði] [weɪt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv] ['mʌs(ə)l] .

Nearly	one	half	of	the	weight	of	the	body	is	made	of	muscle	.
几乎	一	一半	的	这	重量	的	这	身体	是	制成	的	肌肉	.

人体近一半的重量是由肌肉构成的。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[fɔːr] — ['dʒen(ə)rəl][plæn][ɒv; əv][ðə; ði]['ɔːrgənz][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

4	—	General	plan	of	the	organs	of	the	body	.
4	—	一般的	计划	的	这	器官	的	这	身体	.

4 —人体器官总体布局。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [ɪz] ['fɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ði] [bəʊnz] [wɪtʃ] [sə'pɔːt] [ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː] ['stɪfnəs] .

The	muscle	is	fastened	to	the	bones	which	support	the	body	and	give	it	stiffness	.
这	肌肉	是	系紧	到	这	骨头	哪个	支持	这	身体	和	给	它	刚性	.

肌肉附着在支撑身体并赋予身体刚性的骨骼上。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [baɪ] ['pʊlɪŋ] [ɒn][ðə; ði] [bəʊnz] [helps] [ðə; ði] ['bɒdi] [tuː; tə][duː; də][ɔːl][kaɪndz][ɒv; əv] [wɜːk] .

The	muscle	by	pulling	on	the	bones	helps	the	body	to	do	all	kinds	of	work	.
这	肌肉	经过	拉	在	这	骨头	帮助	这	身体	到	做	全部	种类	的	工作	.

肌肉通过牵拉骨骼来帮助身体完成各种工作。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ænd; ənd] [bəʊnz] ['kænɒt] [wɜːk] [deɪ] ['ɑːftə(r)] [deɪ] [wɪ'ðaʊt] ['biːɪŋ] [fed] .

The	muscles	and	bones	cannot	work	day	after	day	without	being	fed	.
这	肌肉	和	骨头	不能	工作	天	后	天	没有	存在	美联储	.

肌肉和骨骼如果没有营养，就无法日复一日地工作。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ə; eɪ] [fuːd] [tjuːb] [liːdz] [frɒm; frəm][ðə; ði] [maʊθ] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ði] [trʌŋk] [tuː; tə]

For	this	reason	a	food	tube	leads	from	the	mouth	down	into	the	trunk	to
为了	这	原因	一个	食物	管子	线索	从	这	嘴	向下	进入	这	树干	到

[prɪ'peə(r)] [mɪlk] ,

prepare	milk	,
准备	牛奶	,

因此，有一根食道管从口腔向下延伸到躯干，用于制备乳汁。

[miːt] , [bred] , [ɔː(r)]['ʌðə(r)] [fuːd] , [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][juːz][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

meat	,	bread	,	or	other	food	,	for	the	use	of	the	body	.
肉	,	面包	,	或者	其他	食物	,	为了	这	使用	的	这	身体	.

肉、面包或其他食物，供身体使用。

['fiːdɪŋ] [ðə; ði] ['bɒdi] . — [ðə; ði] [maʊθ] [rɪ'siːvz] [ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd] [tʃuːz] [ˌaɪ 'tiː][səʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː]

Feeding	the	Body	.	—	The	mouth	receives	the	food	and	chews	it	so	that	it
喂养	这	身体	.	—	这	嘴	接收	这	食物	和	咀嚼	它	所以	那	它

[meɪ] [biː; bi] ['iːzəli] [swˈɒləʊd] .

may	be	easily	swallowed	.
可能	是	容易地	吞咽	.

身体的营养供给——口腔接收食物并咀嚼，以便于吞咽。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] [gəʊz]['ɪntuː][ə; eɪ][sæk] [kɔːld] [ðə; ði] ['stʌmək] .

It	then	goes	into	a	sac	called	the	stomach	.
它	然后	去	进入	一个	囊	称为	这	胃	.

然后它进入一个叫做胃的囊状器官。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	17	]
[	页	-	]

[第17页]

[hɪə(r)][ðə; ði][hɑːd] [pɑːts] [ɑː(r); ə(r)]['brəʊkən] [ʌp]['ɪntuː]['taɪni]['bɪts][ænd; ənd] [fləʊt] [ə'baʊt] [ɪn][ə; eɪ] ['wɔːtəri]

Here	the	hard	parts	are	broken	up	into	tiny	bits	and	float	about	in	a	watery
这里	这	难的	部分	是	破碎的	向上	进入	微小的	比特	和	漂浮	关于	在	一个	水状的

['fluːɪd] .

fluid	.
体液	.

在这里，坚硬的部分被分解成微小的碎片，漂浮在水状液体中。

[ðɪs] [gəʊz] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] ['ɪntuː][ə; eɪ] [lɒŋ] ['krʊkɪd] [tjuːb] , [ðə; ði] [ɪn'testɪn] .

This	goes	out	of	the	stomach	into	a	long	crooked	tube	,	the	intestine	.
这	去	出去	的	这	胃	进入	一个	长的	歪	管子	,	这	肠	.

这部分物质从胃部进入一条长长的弯曲管道，即肠道。

[hɪə(r)][ðə; ði]['pɑːtɪk(ə)lz][ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [stɪl] [faɪnə] ,

Here	the	particles	are	made	still	finer	,
这里	这	颗粒	是	制成	仍然	更精细	,

在这里，颗粒被进一步细化。

[ænd; ənd][ðə; ði] [həʊl] [mæs] [ɪz] [ðen] ['redi] [tuː; tə][biː; bi] ['kærid] [tuː; tə] ['evri] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði]

and	the	whole	mass	is	then	ready	to	be	carried	to	every	part	of	the
和	这	所有的	大量的	是	然后	准备好	到	是	携带	到	每一个	部分	的	这

['mʌs(ə)lz] ,

muscles	,
肌肉	,

然后，所有物质就准备好被输送到肌肉的各个部位了。

[bəʊnz] , [ænd; ənd] [breɪn] [tuː; tə] [bɪld] [ʌp] [wɒt] [ɪz] ['biːɪŋ] [wɔːn] [aʊt] [ɪn] [wɜːk] [ænd; ənd] [pleɪ] .

bones	,	and	brain	to	build	up	what	is	being	worn	out	in	work	and	play	.
骨头	,	和	脑	到	建造	向上	什么	是	存在	磨损	出去	在	工作	和	玩	.

骨骼和大脑会得到修复，以补充工作和娱乐中损耗的部分。

['kæriɪŋ] [fu:d] [θru:] [ðə; ði] ['bɒdi] . — [ɪn] [ɔ:l] [pɑ:ts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɑ:(r); ə(r)] ['lɪt(ə)l] ['brɑ:ntʃɪŋ]

Carrying **Food** **through** **the** **Body** **.** **—** **In** **all** **parts** **of** **the** **body** **are** **little** **branching**

携带 食物 通过 这 身体 . — 在 全部 部分 的 这 身体 是 小的 分枝

[tju:bz] .

tubes **.**

管子 .

输送食物至全身——身体各个部位都有细小的分支管道。

[ði:z] [ju'naɪt]['ɪntu:]['lɑ:dʒə(r)] [tju:bz] ['li:dɪŋ] [tu:; tə][ðə; ði] [hɑ:t] .

These **unite** **into** **larger** **tubes** **leading** **to** **the** **heart** **.**

这些 团结 进入 更大的 管子 领导 到 这 心 .

这些血管汇聚成更大的管道，通向心脏。

[θru:] [ði:z] [tju:bz] [fləʊz] [blʌd] .

Through **these** **tubes** **flows** **blood** **.**

通过 这些 管子 流量 血 .

血液通过这些管道流动。

['hʌndrədz] [ɒv; əv]['taɪni] [tju:bz] [ɪn][ðə; ði] [wɔ:lz] [ɒv; əv][ðə; ði] [ɪn'testɪn] [drɪŋk] [ɪn][ðə; ði] ['wɔ:təri] [fu:d] ,

Hundreds **of** **tiny** **tubes** **in** **the** **walls** **of** **the** **intestine** **drink** **in** **the** **watery** **food** **,**

数百 的 微小的 管子 在 这 墙壁 的 这 肠 喝 在 这 水状的 食物 ,

肠壁上数百个细小的管道吸收着水状的食物。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'ti:] [fləʊz] [wɪð] [ðə; ði] [blʌd] [tu:; tə][ðə; ði] [hɑ:t] .

and **it** **flows** **with** **the** **blood** **to** **the** **heart** **.**

和 它 流量 和 这 血 到 这 心 .

它随血液流向心脏。

[ðə; ði] [hɑ:t] [ðen] [puʃiz] [ðɪs] [blʌd] [wɪð] [ɪts] [fu:d] [aʊt] [θru:] [ə'nʌðə(r)] [set] [ɒv; əv] [tju:bz] [wɪtʃ]

The **heart** **then** **pushes** **this** **blood** **with** **its** **food** **out** **through** **another** **set** **of** **tubes** **which**

这 心 然后 推动 这 血 和 它是 食物 出去 通过 其他 放 的 管子 哪个

[dɪ'vaɪd] ['ɪntu:] [faɪn] ['brɑ:ntʃɪz] [æz; əz] [ðeɪ] [li:d] [tu:; tə] ['evri] [pɑ:t] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] ([fɪg] . [faɪv]) .

divide **into** **fine** **branches** **as** **they** **lead** **to** **every** **part** **of** **the** **body** **(** **Fig** **.** **5** **)** **.**

划分 进入 美好的 分支 作为 他们 带领 到 每一个 部分 的 这 身体 (如图 . 5) .

然后，心脏将含有营养物质的血液通过另一组管道泵出，这些管道分成许多细小的分支，通往身体的各个部位（图5）。

['getɪŋ] [rɪd][ɒv; əv] ['æʃɪz] [ænd; ənd] [wɔ:n] - [aʊt] [pɑ:ts] . — [ðə; ði] ['bɒdi] [wɜ:ks] [laɪk] [ə; eɪ] [mə'ʃi:n] .

Getting **rid** **of** **Ashes** **and** **Worn** **-** **out** **Parts** **.** **—** **The** **body** **works** **like** **a** **machine** **.**

获得 摆脱 的 灰烬 和 磨损 - 出去 部分 . — 这 身体 作品 喜欢 一个 机器 .

清除灰烬和磨损部件——身体就像一台机器。

[fu:d] [ɪz] [ju:st] ['sʌmwɒt] [æz; əz][ə; eɪ][ˌləʊkə'məʊtɪv]['ju:zɪz; 'ju:sɪz] [kəʊl] [tu:; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'ti:]['paʊə(r)][tu:; tə]

Food **is** **used** **somewhat** **as** **a** **locomotive** **uses** **coal** **to** **give** **it** **power** **to**

食物 是 用过的 有些 作为 一个 机车 用途 煤炭 到 给 它 力量 到

[wɜ:k] .

work **.**

工作 .

食物的作用有点像火车利用煤炭来获得动力一样。

[sʌm; səm] ['æʃɪz] [ɑ:(r); ə(r)] [left] [frɒm; frəm][ðə; ði] [ju:st] [fu:d] ,

Some **ashes** **are** **left** **from** **the** **used** **food** **,**

一些 灰烬 是 左边 从 这 用过的 食物 ,

用过的食物会留下一些灰烬。

[ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [weɪst] ['mætə(r)][ɪz] [fɔ:md] [baɪ][ðə; ði] [ded] [ænd; ənd] [wɔ:n] - [aʊt] [pɑ:ts] [ɒv; əv][ðə; ði]

and **other** **waste** **matter** **is** **formed** **by** **the** **dead** **and** **worn** **-** **out** **parts** **of** **the**

和 其他 浪费 事情 是 形成 经过 这 死的 和 磨损 - 出去 部分 的 这

['bɒdi] .

body **.**

身体 .

而身体死亡和衰老的部位则会产生其他废物。

[ðɪs] [weɪst] [ɪz] ['gæðəd] [ʌp] [baɪ] [ðə; ði] ['rɪtʃli] ['brɑːntʃɪŋ] [blʌd] [tjuːbz] [ænd; ənd] ['kærid] [tuː; tə] [ðə; ði]

This	waste	is	gathered	up	by	the	richly	branching	blood	tubes	and	carried	to	the
这	浪费	是	聚集	向上	经过	这	丰富	分枝	血	管子	和	携带	到	这

[lʌŋz] .

lungs	.
肺	.

这些废物通过分支繁多的血管收集并输送到肺部。

[hɪə(r)] [sʌm; səm] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'tiː] ['pɑːsɪz] [aʊt] [æt; ət] ['evri] [breθ] .

Here	some	of	it	passes	out	at	every	breath	.
这里	一些	的	它	通过	出去	在	每一个	气息	.

每次呼吸都会带走一部分能量。

[pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [weɪst] [gəʊz] [aʊt] [θruː] [ðə; ði] [skɪn] [wɪð] [ðə; ði] [swet] [ænd; ənd] [pɑːt] ['pɑːsɪz] [aʊt]

Part	of	the	waste	goes	out	through	the	skin	with	the	sweat	and	part	passes	out
部分	的	这	浪费	去	出去	通过	这	皮肤	和	这	汗	和	部分	通过	出去

[θruː] [ðə; ði] ['kɪdniz] .

through	the	kidneys	.
通过	这	肾脏	.

一部分废物随汗液通过皮肤排出，一部分通过肾脏排出。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðə; ði] [ded]

In	this	way	the	dead
在	这	方式	这	死的

就这样，死者

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	18	]
[	页	-	]

[第18页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	19	]
[	页	-	]

[第19页]

['mætə(r)] [ɪz] [kept] [frɒm; frəm] [kə'lektɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] ['klɒgɪŋ] [ɪts] [pɑːts] .

matter	is	kept	from	collecting	in	the	body	and	clogging	its	parts	.
事情	是	保留	从	收集	在	这	身体	和	堵塞	它是	部分	.

防止物质在体内积聚并堵塞身体各部位。

[haʊ] [ðə; ði] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [tuː; tə] [wɜːk] [tə'geðə(r)] . — [ðə; ði] [mæs] [ɒv; əv] [red]

How	the	Parts	of	the	Body	are	made	to	work	Together	.	—	The	mass	of	red
如何	这	部分	的	这	身体	是	制成	到	工作	一起	.	—	这	大量的	的	红色的

[fleʃ] ['kʌvərɪŋ] [ðə; ði] [bəʊnz] [ɪz] [meɪd] [ʌp] [ɒv; əv] ['meni] ['piːsɪz] [kɔːld] ['mʌs(ə)lz] .

flesh	covering	the	bones	is	made	up	of	many	pieces	called	muscles	.
肉	覆盖	这	骨头	是	制成	向上	的	许多	件	称为	肌肉	.

身体各部分如何协同工作——覆盖骨骼的红色肌肉是由许多称为肌肉的组织构成。

[wen'evə(r)] [wiː; wi] [kætʃ] [ə; eɪ] [bɔːl] [ɔː(r)] [rʌn] [ɔː(r)] ['iːv(ə)n] [spiːk] ,

Whenever	we	catch	a	ball	or	run	or	even	speak	,
每当	我们	抓住	一个	球	或者	跑步	或者	甚至	说话	,

无论我们接球、跑步，甚至说话的时候，

[mɔː(r)] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] ['dʌz(ə)n] ['mʌs(ə)lz] [mʌst; məst] [biː; bi] [meɪd] [tuː; tə] [ækt] [tə'geðə(r)] [dʒʌst] [ɪn] [ðə; ði] [raɪt]

more	than	a	dozen	muscles	must	be	made	to	act	together	just	in	the	right
更多的	比	一个	打	肌肉	必须	是	制成	到	行为	一起	只是	在	这	正确的

[wei] .

way	.
方式	.

十几块肌肉必须以正确的方式协同工作。

[wen] [fuːd] [gəʊz] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['stʌmək] ,

When	food	goes	into	the	stomach	,
什么时候	食物	去	进入	这	胃	,

食物进入胃部后，

['sʌmθɪŋ] [mʌst; məst] [tel] [ðə; ði] [dʒuːs] [tuː; tə] [fləʊ] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [wɔːlz] [tuː; tə] [ækt] [ɒn] [ðə; ði] [fuːd] .

something	must	tell	the	juice	to	flow	out	of	the	walls	to	act	on	the	food	.
某物	必须	告诉	这	汁	到	流动	出去	的	这	墙壁	到	行为	在	这	食物	.

必须有某种力量告诉汁液要从细胞壁流出，才能作用于食物。

[ðə; ði] [bɒs] [ɔː(r)] ['mænɪdʒə(r)] [ɒv; əv] [ɔːl] [ðə; ði] [wɜːk] ['kærid] [ɒn] [baɪ] [ðə; ði] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [pɑːts] [ɒv; əv]

The	boss	or	manager	of	all	the	work	carried	on	by	the	thousands	of	parts	of
这	老板	或者	经理	的	全部	这	工作	携带	在	经过	这	数千	的	部分	的

[ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [nəʊn] [æz; əz] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [wɪð] [ðeə(r)] ['taɪni] [θredz] ,

the	body	is	known	as	the	brain	and	spinal	cord	with	their	tiny	threads	,
这	身体	是	已知	作为	这	脑	和	脊	绳索	和	他们的	微小的	线程	,

统领人体数千个器官运转的，是大脑和脊髓，以及它们之间细小的神经纤维。

[ðə; ði] [nɜːvz] , ['spredɪŋ] ['evriweə(r)] [θruː] [bəʊnz] [ænd; ənd] ['mʌs(ə)lz] .

the	nerves	,	spreading	everywhere	through	bones	and	muscles	.
这	神经	,	传播	到处	通过	骨头	和	肌肉	.

神经遍布全身，遍布骨骼和肌肉。

[ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [gɪv] [ðə; ði] ['ɔːdərs] [ænd; ənd] [ðə; ði] [nɜːvz] ['kæri] [ðem; ðəm] ([fɪg] .

The	brain	and	spinal	cord	give	the	orders	and	the	nerves	carry	them	(	Fig	.
这	脑	和	脊	绳索	给	这	订单	和	这	神经	携带	他们	(	如图	.

[faɪv]) .

5	)	.
5	)	.

大脑和脊髓发出指令，神经传递指令（图 5）。

[ðə; ði] ['sɜːvənts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] . — [ðə; ði] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɑː(r); ə(r)] [mʌtʃ] [laɪk] [ðə; ði]

The	Servants	of	the	Body	.	—	The	parts	of	the	body	are	much	like	the
这	仆人	的	这	身体	.	—	这	部分	的	这	身体	是	很多	喜欢	这

['sɜːvənts] [ɪn] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [haʊs] [ɔː(r)] [ðə; ði] [klɑːks] [ɪn] [ə; eɪ] [stɔː(r)] .

servants	in	a	large	house	or	the	clerks	in	a	store	.
仆人	在	一个	大的	房子	或者	这	职员	在	一个	店铺	.

身体的仆人——身体的各个部分就像大房子里的仆人或商店里的店员一样。

[wʌn] ['sɜːvənt] [ɔː(r)] [klɑːk] [dʌz] [wʌn] [kaɪnd] [ɒv; əv] [wɜːk] [waɪl] [ə'nʌðə(r)] [dʌz] ['sʌmθɪŋ] [ɪn'taɪəli]

One	servant	or	clerk	does	one	kind	of	work	while	another	does	something	entirely
一	仆人	或者	职员	做	一	种类	的	工作	尽管	其他	做	某物	完全

['dɪfrənt] .

different	.
不同的	.

一个仆人或职员做一种工作，而另一个则做完全不同的工作。

[iːtʃ] ['pɔːʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [dʌz] [ə; eɪ] ['dɪfrənt] [kaɪnd] [ɒv; əv] [wɜːk] .

Each	portion	of	the	body	does	a	different	kind	of	work	.
每个	部分	的	这	身体	做	一个	不同的	种类	的	工作	.

身体的每个部位都承担着不同的功能。

[iːtʃ] [wʌn] [ɒv; əv] [ðiːz] [pɑːts] ['duːɪŋ] [ə; eɪ] [pə'tɪkjələ(r)] [wɜːk] [ɪz] [kɔːld] [æn; ən] ['ɔːgən] .

Each	one	of	these	parts	doing	a	particular	work	is	called	an	organ	.
每个	一	的	这些	部分	正在做	一个	特别的	工作	是	称为	一个	器官	.

这些部件中每个执行特定功能的都称为一个器官。

[ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz][æn; ən] ['ɔ:gən] [tu:; tə][prɪ'peə(r)] [fu:d] [ænd; ənd][ðə; ði] [hɑ:t] [ɪz][æn; ən] ['ɔ:gən] [fɔ:(r); fə(r)]

The	stomach	is	an	organ	to	prepare	food	and	the	heart	is	an	organ	for
这	胃	是	一个	器官	到	准备	食物	和	这	心	是	一个	器官	为了

['sendɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [θru:] [ðə; ði] ['bɒdi] .

sending	the	blood	through	the	body	.
发送	这	血	通过	这	身体	.

胃是准备食物的器官，心脏是将血液输送到全身的器官。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[faɪv] — [ɒn] [ðə; ði] [left] [ɑ:(r); ə(r)] [ʃəʊn] [ðə; ði] ['brɑ:ntʃɪŋ] [tju:bz] [wɪtʃ] ['kæri] [blʌd] [tu:; tə] [ɔ:l] [pɑ:ts]

5	—	On	the	left	are	shown	the	branching	tubes	which	carry	blood	to	all	parts
5	—	在	这	左边	是	所示	这	分枝	管子	哪个	携带	血	到	全部	部分

[ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] ;

of	the	body	;
的	这	身体	;

5 —左侧显示的是将血液输送到身体各个部位的分支管道；

[ɒn] [ðə; ði] [raɪt] [ɑ:(r); ə(r)] [ðə; ði] [breɪn] , ['spaɪn(ə)l] [kɔ:d] , [ænd; ənd] [nɜ:vz] [wɪtʃ] [də'rekt] [ðə; ði] [wɜ:k]

on	the	right	are	the	brain	,	spinal	cord	,	and	nerves	which	direct	the	work
在	这	正确的	是	这	脑	,	脊	绳索	,	和	神经	哪个	直接的	这	工作

[ɒv; əv] [ðə; ði] ['ɔ:rgənz] .

of	the	organs	.
的	这	器官	.

右侧是大脑、脊髓和神经，它们指挥着各个器官的工作。

[ðə; ði] [ɪn'taɪə(r)] ['bɒdi] [ɪz] [kəm'pəʊzd] [ɒv; əv] ['sevrəl] ['hʌndrəd] ['ɔ:rgənz] .

The	entire	body	is	composed	of	several	hundred	organs	.
这	全部的	身体	是	由	的	一些	百	器官	.

人体由数百个器官组成。

[i:tʃ] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] [ɪz] [fɔ:md] [ɒv; əv] ['sevrəl] [kaɪndz] [ɒv; əv] [mə'tɪəriəlz] [nemd] ['tɪʃu:] .

Each	of	them	is	formed	of	several	kinds	of	materials	named	tissue	.
每个	的	他们	是	形成	的	一些	种类	的	材料	命名	组织	.

它们每一种都由几种被称为组织的物质构成。

[ə; eɪ] ['skɪn,laɪk] ['tɪʃu:] [meɪks] [ʌp]

A	skinlike	tissue	makes	up
一个	类皮肤	组织	制作	向上

由类似皮肤的组织构成

[[,pi: 'dʒi:] -]

[	Pg	20	]
[	页	-	]

[第20页]

[ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['stʌmək] , [waɪl] [ɪts] [,aʊt'saɪd] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv] ['mʌskjələ(r)] ['tɪʃu:] .

the	lining	of	the	stomach	,	while	its	outside	is	made	of	muscular	tissue	.
这	衬垫	的	这	胃	,	尽管	它是	外部	是	制成	的	肌肉发达的	组织	.

胃的内壁由脂肪组织构成，而胃的外层则由肌肉组织构成。

[ðə; ði] [smɔ:lɪst] [pɑ:ts] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['tɪʃu:] [ɑ:(r); ə(r)] ['lɪt(ə)l] ['bɒdɪz] [nemd] [selz] , [ænd; ənd] ['veri] [faɪn]

The	smallest	parts	of	a	tissue	are	little	bodies	named	cells	,	and	very	fine
这	最小	部分	的	一个	组织	是	小的	身体	命名	细胞	,	和	非常	美好的

[θredz] [kɔ:ld] ['faɪbərz] .

threads	called	fibers	.
线程	称为	纤维	.

组织最小的组成部分是称为细胞的小物体和称为纤维的细丝。

[grəʊθ] [ɒv; əv][ðə; ði]['bɒdi] . — [ðə; ði]['bɒdi] [grəuz] ['ræpɪdli][ɪn] ['tʃaɪldhʊd] [ænd; ənd][mɔː(r)] ['sləʊli]

Growth	of	the	Body	.	—	The	body	grows	rapidly	in	childhood	and	more	slowly
生长	的	这	身体	.	—	这	身体	生长	快速	在	童年	和	更多的	缓慢地

['ɑːftə(r)][ðə; ði] [ˌsɪksˈtiːnθ] [jɪə(r)] ,

after	the	sixteenth	year	,
后	这	第十六	年	,

身体发育——儿童时期身体发育迅速，十六岁以后发育速度减缓。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [kən'tɪnjuːz] [tuː; tə][get]['lɑːdʒə(r)] [ʌn'tɪl] [ə'baʊt][ðə; ði] ['twenti] - [fɪfθ] [jɪə(r)][ɒv; əv][eɪdʒ] .

but	it	continues	to	get	larger	until	about	the	twenty	-	fifth	year	of	age	.
但	它	继续	到	得到	更大的	直到	关于	这	二十	-	第五	年	的	年龄	.

但它会持续增大，直到大约25岁。

[sʌm; səm] ['tʃɪldrən] ['ɔːlweɪz] [grəʊ] ['sləʊli] , [hæv; həv] [wiːk] [bəʊnz] , [ænd; ənd][freɪl] ['bɒdɪz] .

Some	children	always	grow	slowly	,	have	weak	bones	,	and	frail	bodies	.
一些	孩子们	总是	生长	缓慢地	,	有	虚弱的	骨头	,	和	脆弱	身体	.

有些孩子总是生长缓慢，骨骼脆弱，身体虚弱。

[ðɪs] [ɪz]['dʒen(ə)rəli][səʊ][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [hæv; həv][pɔː(r); pʊə(r)] [fuːd] [ɔː(r)][duː; də][nɒt] [tʃuː] [ˌaɪ 'tiː] [wel] ,

This	is	generally	so	because	they	have	poor	food	or	do	not	chew	it	well	,
这	是	一般来说	所以	因为	他们	有	贫穷的	食物	或者	做	不是	嚼	它	出色地	,

这通常是因为它们的食物质量差或者咀嚼不充分。

[ænd; ənd][get] [tuː] ['lɪt(ə)l] [freʃ] [eə(r)] , ['sʌnʃaɪn] , [ænd; ənd] [sliːp] .

and	get	too	little	fresh	air	,	sunshine	,	and	sleep	.
和	得到	也	小的	新鲜的	空气	,	阳光	,	和	睡觉	.

而且缺乏新鲜空气、阳光和睡眠。

[ðə; ði][juːz][ɒv; əv][bɪə(r)] , [waɪn] , [ɔː(r)][tə'bækəʊ] [meɪ] ['hɪndə(r)][ðə; ði] ['bɒdi] [frɒm; frəm]['juːzɪŋ] [fuːd]

The	use	of	beer	,	wine	,	or	tobacco	may	hinder	the	body	from	using	food
这	使用	的	啤酒	,	葡萄酒	,	或者	烟草	可能	阻碍	这	身体	从	使用	食物

[fɔː(r); fə(r)] [grəʊθ] ,

for	growth	,
为了	生长	,

饮用啤酒、葡萄酒或吸烟可能会阻碍身体利用食物进行生长。

[ɔː(r)] [ðeɪ] [meɪ] ['pɔɪz(ə)n][ðə; ði] ['bɒdi] [səʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] ['nevə(r)][biː; bi] [lɑːdʒ] [ænd; ənd] [strɒŋ] .

or	they	may	poison	the	body	so	that	it	will	never	be	large	and	strong	.
或者	他们	可能	毒	这	身体	所以	那	它	将要	绝不	是	大的	和	强的	.

或者他们可能会毒害身体，使其永远无法变得强壮。

[ðə; ði] ['bɒdi] [ʃʊd; ʃəd] [grəʊ] [ə'baʊt][ə; eɪ] ['hʌndrəd] [paʊndz] [ɪn] [weɪt] ['djʊərɪŋ][ðə; ði][fɜːst] [ˌθɜː'tiːn] [j'iəz]

The	body	should	grow	about	a	hundred	pounds	in	weight	during	the	first	thirteen	years
这	身体	应该	生长	关于	一个	百	磅	在	重量	期间	这	第一的	十三	年

[ɒv; əv][laɪf] .

of	life	.
的	生活	.

在生命的前十三年里，身体的体重应该会增加大约一百磅。

['weðə(r)] ['tʃɪldrən] [grəʊ] ['lɪt(ə)l][ɔː(r)] [mʌtʃ] ['dʒen(ə)rəli] [dɪ'pendz] [ɒn][ðə; ði] [fuːd] [ðeɪ] [gɪv] [ðeə(r)]

Whether	children	grow	little	or	much	generally	depends	on	the	food	they	give	their
无论	孩子们	生长	小的	或者	很多	一般来说	取决于	在	这	食物	他们	给	他们的

['bɒdɪz] .

bodies	.
身体	.

儿童的生长发育情况，一般取决于他们摄入的食物。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[pɔɪnt] [aʊt] [ænd; ənd] [neɪm] [fɔː(r)] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

Point	out	and	name	four	parts	of	the	body	.
观点	出去	和	姓名	四	部分	的	这	身体	.

指出并说出身体的四个部位。

[ˌtuːˈtuː] . [neɪm] [ðə; ði] [tuː] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [trʌŋk] . [θriː] .

2	.	Name	the	two	parts	of	the	trunk	.	3	.
2	.	姓名	这	二	部分	的	这	树干	.	3	.

2. 说出树干的两个部分。3.

[wɒt] [dʌz] [ðə; ði] [tʃest] [kənˈteɪn] ? [fɔːr] .

What	does	the	chest	contain	?	4	.
什么	做	这	胸部	包含	?	4	.

箱子里装的是什么？4.

[wɒt] [ɪz] ['mʌs(ə)l] ? [faɪv] .

What	is	muscle	?	5	.
什么	是	肌肉	?	5	.

什么是肌肉？5.

[haʊ] [ɪz][ðə; ði] ['bɒdi] [fed] ? [sɪks] .

How	is	the	body	fed	?	6	.
如何	是	这	身体	美联储	?	6	.

身体如何获得营养？6.

[gɪv] [θriː] [pɑːts] ['teɪkɪŋ] [weɪst] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] . ['sɛvən] .

Give	three	parts	taking	waste	out	of	the	body	.	7	.
给	三	部分	采取	浪费	出去	的	这	身体	.	7	.

列举人体排出废物的三个部分。7.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [nɜːvz] ? [eit] .

Of	what	use	are	the	brain	and	nerves	?	8	.
的	什么	使用	是	这	脑	和	神经	?	8	.

大脑和神经有什么用？8.

[neɪm] [tuː] ['ɔːrgənz] . [naɪn] .

Name	two	organs	.	9	.
姓名	二	器官	.	9	.

请列举两种器官。9.

[haʊ] [lɒŋ] [dʌz] [ðə; ði] ['bɒdi] [kənˈtɪnjuː] [tuː; tə] [grəʊ] ? - .

How	long	does	the	body	continue	to	grow	?	10	.
如何	长的	做	这	身体	继续	到	生长	?	-	.

身体会持续生长多久？10.

[waɪ] [ɑː(r); ə(r)][sʌm; səm] ['tʃɪldrən] [wiːk] [ænd; ənd][ɒv; əv] [sləʊ] [grəʊθ] ?

Why	are	some	children	weak	and	of	slow	growth	?
为什么	是	一些	孩子们	虚弱的	和	的	慢的	生长	?

为什么有些孩子体弱多病、生长发育迟缓?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	21	]
[	页	-	]

[第21页]

['tʃæptə(r)] [θriː]

CHAPTER	III
章	三、

第三章

['fiːdɪŋ] [ðə; ði] ['bɒdi]

FEEDING	THE	BODY
喂养	这	身体

身体的营养

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

[sɪks] — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ðə; ði]['aʊtə(r)] [ded] [skɪn] [pʊʃt] [ɒf] [frɒm; frəm][ə; eɪ] [blæk] [sneɪk] ['krɔːlɪŋ]
6 — Photograph of the outer dead skin pushed off from a black snake crawling
6 — 照片 的 这 外 死的 皮肤 推动 离开 从 一个 黑色的 蛇 爬行
[θruː] [ðə; ði] [brʌʃ] .
through the brush .
通过 这 刷子 .

6 —一张黑蛇在灌木丛中爬行时脱落的外层死皮的照片。

[waɪ] [ðə; ði] ['bɒdi] [niːdz] [fuːd] . — ['evri] ['lɪvɪŋ] [θɪŋ] , ['weðə(r)] [ə; eɪ][plɑːnt][ɔː(r)][æn; ən]['ænɪm(ə)l] ,
Why the Body needs Food . — Every living thing , whether a plant or an animal ,
为什么 这 身体 需求 食物 . — 每一个 活的 事物 , 无论 一个 植物 或者 一个 动物 ,
[niːdz] [fuːd] .
needs food .
需求 食物 .

为什么身体需要食物？——所有生物，无论是植物还是动物，都需要食物。

[waɪl] [ðə; ði] [həʊl] ['bɒdi] [laɪvz; lɪvz] , [ə; eɪ] [pɑːt] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['kɒnstəntli] ['daɪɪŋ] .
While the whole body lives , a part of it is constantly dying .
尽管 这 所有的 身体 生活 , 一个 部分 的 它 是 不断地 垂死 .

虽然整个身体都在活着，但身体的一部分却在不断死亡。

[ðə; ði][ɪn'taɪə(r)]['aʊtə(r)]['leɪə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] [sneɪks] [skɪn] [daɪz] [θriː] [ɔː(r)][fɔː(r)] [taɪmz] ['djʊərɪŋ][ə; eɪ][jɪə(r)]
The entire outer layer of a snake's skin dies three or four times during a year
这 全部的 外 层 的 一个 蛇的 皮肤 死亡 三 或者 四 时代 期间 一个 年
[ænd; ənd][ɪz][kɑːst] [ɒf] ,
and is cast off ,
和 是 投掷 离开 ,

蛇皮的外层一年内会死亡三到四次并脱落。

['sʌmtaɪmz] [ɪn][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [piːs] .
sometimes in a single piece .
有时 在 一个 单身的 片 .

有时是一整块。

[wiː; wi][kæn; kən] [skreɪp] [ded] ['bɪts][ɒv; əv] [skɪn] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['bɒdi] [æt; ət] ['eni]
We can scrape dead bits of skin from the surface of our body at any
我们 能 刮 死的 比特 的 皮肤 从 这 表面 的 我们的 身体 在 任何
[taɪm] .
time .
时间 .

我们可以随时刮掉身体表面的死皮。

['taɪni]['pɑːtɪk(ə)lz][ɑː(r); ə(r)] ['daɪɪŋ] [ɪn][ɔːl] ['riːdʒənz][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] ,
Tiny particles are dying in all regions of the body ,
微小的 颗粒 是 垂死 在 全部 地区 的 这 身体 ,

微小颗粒在身体各个部位死亡。

[ænd; ənd][wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [suːn] [weɪst] [ə'weɪ] [ɪf] [fuːd] [wɜː(r); wə(r)] [nɒt] ['teɪkən][tuː; tə] [meɪk] [ʌp] [ðə; ði] [lɒs]
and we should soon waste away if food were not taken to make up the loss
和 我们 应该 很快 浪费 离开 如果 食物 是 不是 已采取 到 制作 向上 这 损失
[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [wɔːn] - [aʊt] [pɑːts] .
for the worn - out parts .
为了 这 磨损 - 出去 部分 .

如果不补充食物来弥补损耗的部分，我们很快就会消瘦而死。

[ðə; ði] ['bɒdi] ['ɔːlsəʊ] [niːdz] [fuːd] [tuː; tə] [help] [ˌaɪ 'tiː] [duː; də] [ɪts] [wɜːk] [ænd; ənd] [kiːp] [wɔːm] .

The	body	also	needs	food	to	help	it	do	its	work	and	keep	warm	.
这	身体	还	需求	食物	到	帮助	它	做	它是	工作	和	保持	温暖的	.

身体也需要食物来帮助它进行各项活动并保持体温。

[ðə; ði] ['bɒdi] [hæz; həz] [ðə; ði] [streɪndʒ] ['paʊə(r)] [ɒv; əv]

The	body	has	the	strange	power	of
这	身体	有	这	奇怪的	力量	的

身体拥有奇异的力量

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	22	]
[	页	-	]

[第22页]

['juːzɪŋ] [fuːd] ['iːt(ə)n] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [legz] [ænd; ənd] [ɑːmz] [muːv] [ænd; ənd] [ðə; ði] [breɪn] [tuː; tə] [θɪŋk] .

using	food	eaten	to	make	the	legs	and	arms	move	and	the	brain	to	think	.
使用	食物	吃	到	制作	这	腿	和	武器	移动	和	这	脑	到	思考	.

利用摄入的食物来驱动四肢运动和大脑思考。

[ɪn] ['duːɪŋ] [ðɪs] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [sed] [tuː; tə] [bɜːn] [ðə; ði] [fuːd] .

In	doing	this	the	body	is	said	to	burn	the	food	.
在	正在做	这	这	身体	是	说	到	烧伤	这	食物	.

据说，身体通过这种方式燃烧食物。

[haʊ] [ðə; ði] ['bɒdi] [bɜːnz] [ɪt'self] [ænd; ənd] ['ɔːlsəʊ] [fuːd] . — [ɪf] [ə; eɪ] [bɔɪ] [ɪz] [wei] [dʒʌst] [bɪ'fɔː(r)]

How	the	Body	burns	itself	and	also	Food	.	—	If	a	boy	is	weighed	just	before
如何	这	身体	烧伤	本身	和	还	食物	.	—	如果	一个	男生	是	称重	只是	前

['pleɪɪŋ] [ə; eɪ] [geɪm] [ɒv; əv] [bɔːl] [ænd; ənd] [ə'gen] ['ɑːftəwəd] ,

playing	a	game	of	ball	and	again	afterward	,
玩耍	一个	游戏	的	球	和	再次	之后	,

身体如何燃烧自身和食物——如果一个男孩在玩球之前称重，玩完之后再称重一次，

[hiː; hi] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [pɑːt] [ɒv; əv] [hɪz; ɪz] ['bɒdi] [hæz; həz] [biːn] [juːst] [ʌp] [ænd; ənd] ['gɪv(ə)n] [ɒf] [ɪn] [ðə; ði] [breθ] [ænd; ənd] [swet] .

he	will	find	that	part	of	his	body	has	been	used	up	and	given	off	in	the	breath	and	sweat	.
他	将要	寻找	那	部分	的	他的	身体	有	到过	用过的	向上	和	给定	离开	在	这	气息	和	汗	.

他会发现他身体的一部分已经被消耗殆尽，并通过呼吸和汗水排出体外。

[hiː; hi] [hæz; həz] [bɜːnd] [pɑːt] [ɒv; əv] [hɪz; ɪz] ['bɒdi] ,

He	has	burned	part	of	his	body	,
他	有	烧伤	部分	的	他的	身体	,

他身体的一部分被烧伤了。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [breθ] [ænd; ənd] [swet] [ɑː(r); ə(r)] [laɪk] [ðə; ði] [sməʊk] ['gɪv(ə)n] [ɒf] [wen] [ə; eɪ] [mætʃ] [ɪz] [bɜːnd] .

and	the	breath	and	sweat	are	like	the	smoke	given	off	when	a	match	is	burned	.
和	这	气息	和	汗	是	喜欢	这	抽烟	给定	离开	什么时候	一个	匹配	是	烧伤	.

呼吸和汗水就像火柴燃烧时产生的烟雾。

[wʌn] [fɪfθ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [eə(r)] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [gæs] [kɔːld] ['ɒksɪdʒən] .

One	fifth	of	the	air	is	made	of	a	gas	called	oxygen	.
一	第五	的	这	空气	是	制成	的	一个	气体	称为	氧	.

空气中五分之一是由一种叫做氧气的气体组成的。

[wen] ['eniθɪŋ] [bɪ'kʌmz] ['veri] [hɒt] , [ðɪs] ['ɒksɪdʒən] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [bɜːst] ['ɪntuː][ə; eɪ] [fleɪm] [ænd; ənd]

When	**anything**	**becomes**	**very**	**hot**	**,**	**this**	**oxygen**	**makes**	**it**	**burst**	**into**	**a**	**flame**	**and**
什么时候	任何事物	变成	非常	热的	,	这	氧	制作	它	爆裂	进入	一个	火焰	和

[bɜːn] .

burn	**.**
烧伤	.

当物体温度很高时，氧气会使其燃烧并产生火焰。

[wiː; wi] [briːð] [ɪn]['ɒksɪdʒən] [wɪð] [ðə; ði][eə(r)][ænd; ənd][ðə; ði] ['lɪvɪŋ] ['ækʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] ['kɔːzɪz]

We	**breathe**	**in**	**oxygen**	**with**	**the**	**air**	**and**	**the**	**living**	**action**	**of**	**the**	**body**	**causes**
我们	呼吸	在	氧	和	这	空气	和	这	活的	行动	的	这	身体	原因

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [sləʊ] ['juːniən][ɒv; əv][ðə; ði]['ɒksɪdʒən][ænd; ənd][ðə; ði] [t'ɪʃuːz] [ðæt] [ðeə(r)] [ɪz][nəʊ] [bleɪz]

such	**a**	**slow**	**union**	**of**	**the**	**oxygen**	**and**	**the**	**tissues**	**that**	**there**	**is**	**no**	**blaze**
这样的	一个	慢的	联盟	的	这	氧	和	这	组织	那	那里	是	不	火焰

[ɔːl'ðəʊ] [ðeə(r)] [ɪz][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [hiːt] .

although	**there**	**is**	**a**	**little**	**heat**	**.**
虽然	那里	是	一个	小的	热	.

我们吸入空气中的氧气，身体的生命活动导致氧气与组织结合得非常缓慢，因此虽然会产生一些热量，但不会产生灼烧感。

[kaɪndz][ɒv; əv] [fuːd] . — [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)][fɔː(r)]['dʒen(ə)rəl] ['klɑːsɪz] [ɒv; əv] [fuːdz] .

Kinds	**of**	**Food**	**.**	**—**	**There**	**are**	**four**	**general**	**classes**	**of**	**foods**	**.**
种类	的	食物	.	—	那里	是	四	一般的	课程	的	食物	.

食物种类——食物大致分为四类。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] ['bɪldɪŋ] [fuːdz] , [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ænd; ənd] ['stɑːrtʃɪz] , [ðə; ði][fæts] , [ænd; ənd][ðə; ði]

These	**are**	**the**	**building**	**foods**	**,**	**the**	**sugars**	**and**	**starches**	**,**	**the**	**fats**	**,**	**and**	**the**
这些	是	这	建筑	食物	,	这	糖	和	淀粉	,	这	脂肪	,	和	这

['mɪnərəl] [fuːdz] .

mineral	**foods**	**.**
矿物	食物	.

这些是构成身体的食物，包括糖类和淀粉类食物、脂肪类食物以及矿物质类食物。

[ðə; ði] ['bɪldɪŋ] [fuːdz] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [wɪtʃ] [help] ['lɑːdʒli] [ɪn] ['fɔːmɪŋ] [njuː] ['mʌs(ə)l] [ænd; ənd] [blʌd]

The	**building**	**foods**	**are**	**those**	**which**	**help**	**largely**	**in**	**forming**	**new**	**muscle**	**and**	**blood**
这	建筑	食物	是	那些	哪个	帮助	很大程度上	在	成型	新的	肌肉	和	血

[ɔː(r)]['ʌðə(r)] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

or	**other**	**parts**	**of**	**the**	**body**	**.**
或者	其他	部分	的	这	身体	.

构成身体的食物是指那些主要有助于形成新的肌肉、血液或其他身体部位的食物。

['prəʊtiːd] [ɪz] [ə'nʌðə(r)] [neɪm] [fɔː(r); fə(r)] ['bɪldɪŋ] [fuːdz] .

Proteids	**is**	**another**	**name**	**for**	**building**	**foods**	**.**
蛋白质	是	其他	姓名	为了	建筑	食物	.

蛋白质是构成食物的另一种说法。

['ʃʊgər] [ænd; ənd] ['stɑːrtʃɪz] [ɑː(r); ə(r)] [pleɪst] [ɪn] [wʌn] [gruːp] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [stɑːtʃ] ['tʃeɪndʒɪz] [tuː; tə]['ʃʊgə(r)]

Sugars	**and**	**starches**	**are**	**placed**	**in**	**one**	**group**	**because**	**starch**	**changes**	**to**	**sugar**
糖	和	淀粉	是	放置	在	一	团体	因为	淀粉	变化	到	糖

[wɪ'ðɪn] [ðə; ði] ['bɒdi] .

within	**the**	**body**	**.**
之内	这	身体	.

糖类和淀粉被归为一类，因为淀粉在体内会转化为糖。

[ɪf] [juː; jʊ] [tʃuː] [ə; eɪ] ['stɑːtʃi] [fuːd] [laɪk] [bred] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] ,

If	**you**	**chew**	**a**	**starchy**	**food**	**like**	**bread**	**for**	**a**	**few**	**minutes**	**,**
如果	你	嚼	一个	淀粉	食物	喜欢	面包	为了	一个	很少	分钟	,

如果你咀嚼像面包这样的淀粉类食物几分钟，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [bɪ'gɪn] [tuː; tə] [teɪst] [swiːt] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði] [stɑːtʃ] [ɪz] [bɪ'kʌmɪŋ] ['ʃʊgə(r)] .

it	will	begin	to	taste	sweet	because	the	starch	is	becoming	sugar	.
它	将要	开始	到	品尝	甜的	因为	这	淀粉	是	成为	糖	.

因为淀粉正在转化为糖，所以它会开始尝起来是甜的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	23	]
[	页	-	]

[第23页]

[fæts] [ɑː(r); ə(r)] [gɒt] [nɒt] ['əʊnli][frɒm; frəm][fæt] [miːt] [bʌt; bət]['ɔːlsəʊ][frɒm; frəm] [egz] , ['bʌtə(r)] , [mɪlk] ,

Fats	are	got	not	only	from	fat	meat	but	also	from	eggs	,	butter	,	milk	,
脂肪	是	得到	不是	仅有的	从	胖的	肉	但	还	从	鸡蛋	,	黄油	,	牛奶	,

脂肪不仅来源于肥肉，还来源于鸡蛋、黄油、牛奶等。

[ænd; ənd] ['meni] ['ʌðə(r)] [fuːdz] .

and	many	other	foods	.
和	许多	其他	食物	.

以及其他许多食物。

[ðeə(r)] [ɪz][sʌm; səm] ['mɪnərəl] ['mætə(r)] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['pɒtæʃ] [ænd; ənd]['səʊdə] ,

There	is	some	mineral	matter	,	such	as	potash	and	soda	,
那里	是	一些	矿物	事情	,	这样的	作为	钾肥	和	苏打	,

含有一些矿物质，例如钾碱和纯碱。

[ɪn] ['meni] [ɒv; əv][ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)lz] [ænd; ənd] [miːts] ['iːt(ə)n] ,

in	many	of	the	vegetables	and	meats	eaten	,
在	许多	的	这	蔬菜	和	肉类	吃	,

在许多食用的蔬菜和肉类中，

[ænd; ənd][wiː; wi][juːz] [mʌtʃ] ['teɪb(ə)l][sɔːlt][tuː; tə] ['siːz(ə)n] ['ʌðə(r)] [fuːdz] .

and	we	use	much	table	salt	to	season	other	foods	.
和	我们	使用	很多	桌子	盐	到	季节	其他	食物	.

我们还经常使用食盐来给其他食物调味。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

['sɛvən] — [gʊd] [fuːdz] [fɔː(r); fə(r)] ['bɪldɪŋ] ['mʌs(ə)lz] , [blʌd] , [ænd; ənd] [bəʊn] .

7	—	Good	foods	for	building	muscles	,	blood	,	and	bone	.
7	—	好的	食物	为了	建筑	肌肉	,	血	,	和	骨	.

7 —有益于肌肉、血液和骨骼发育的食物。

['bɒdi] - ['bɪldɪŋ] [fuːdz] . — [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] [wɪð] [ɔːl][ðə; ði]['ʃʊgə(r)] , [mə'læsɪz] , [stɑːtʃ] , ['bʌtə(r)] ,

Body	-	building	Foods	.	—	A	person	with	all	the	sugar	,	molasses	,	starch	,	butter	,
身体	-	建筑	食物	.	—	一个	人	和	全部	这	糖	,	糖蜜	,	淀粉	,	黄油	,

健美食品——摄入大量糖、糖蜜、淀粉、黄油的人，

[ænd; ənd] [lɑːd] [hiː; hi][kʊd; kəd] [iːt] [wʊd] [stɑːv] [tuː; tə] [deθ] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [nʌn]

and	lard	he	could	eat	would	starve	to	death	in	a	few	weeks	because	none
和	猪油	他	可以	吃	会	饿死	到	死亡	在	一个	很少	周	因为	没有任何

[ɒv; əv] [ðiːz] [fuːdz] [wʊd] [help] [tuː; tə] [bɪld] [ʌp][ðə; ði] ['daɪɪŋ] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

of	these	foods	would	help	to	build	up	the	dying	parts	of	the	body	.
的	这些	食物	会	帮助	到	建造	向上	这	垂死	部分	的	这	身体	.

即使他吃猪油，也会在几周内饿死，因为这些食物都无法帮助修复身体垂死的部位。

[ə; eɪ] [lɑːdʒ] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] ['bɒdi] ['bɪldə(r)] [ɪz] [faʊnd] [ɪn] [liːn] [miːt] , [egz] , [mɪlk] , ['piːz] , [biːnz] ,

A	large	amount	of	body	builder	is	found	in	lean	meat	,	eggs	,	milk	,	peas	,	beans	,
一个	大的	数量	的	身体	建筑商	是	成立	在	倾斜	肉	,	鸡蛋	,	牛奶	,	豌豆	,	豆子	,

瘦肉、鸡蛋、牛奶、豌豆、豆类中含有大量的健美运动员所需的营养物质。

[kɔːn] [miːl] , [ænd; ənd] [bred] .
corn **meal** **,** **and** **bread** **.**
玉米 一顿饭 , 和 面包 .

玉米粉和面包。

[bred] [ænd; ənd] [mɪlk] [ɪz] [ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['bɒdi] [grəʊ] .
Bread **and** **milk** **is** **a** **good** **food** **to** **make** **the** **body** **grow** **.**
面包 和 牛奶 是 一个 好的 食物 到 制作 这 身体 生长 .

面包和牛奶是促进身体生长的良好食物。

[ɪf] [ðə; ði] ['bɒdi] [teɪks] [ɪn] [mɔː(r)] ['bɪldɪŋ] [fuːd] [ðæn; ðən] [ˌaɪ 'tiː] [niːdz] [fɔː(r); fə(r)] [rɪ'peəz] ,
If **the** **body** **takes** **in** **more** **building** **food** **than** **it** **needs** **for** **repairs** **,**
如果 这 身体 需要 在 更多的 建筑 食物 比 它 需求 为了 维修 ,

如果身体摄入的用于构建结构的营养物质超过了修复所需的营养物质，

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [stɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː] [ʌp] [ɪn] [ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [fæt] [ɔː(r)] [bɜːn] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [help] [ðə; ði] ['bɒdi] [duː; də] [ɪts]
it **may** **store** **it** **up** **in** **the** **form** **of** **fat** **or** **burn** **it** **to** **help** **the** **body** **do** **its**
它 可能 店铺 它 向上 在 这 形式 的 胖的 或者 烧伤 它 到 帮助 这 身体 做 它是
[wɜːk] .
work **.**
工作 .

它可能以脂肪的形式储存起来，或者燃烧掉以帮助身体完成各项工作。

[ðə; ði] ['fjuːəl] [fuːdz] . — [ðə; ði] ['fjuːəl] [fuːdz] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] ['ʃʊgər] ,
The **Fuel** **Foods** **.** **—** **The** **fuel** **foods** **are** **the** **sugars** **,**
这 燃料 食物 . — 这 燃料 食物 是 这 糖 ,

能量食物——能量食物指的是糖类，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[**Pg** **24** **]**
[页 -]

[第24页]

['stɑːrtʃɪz] , [ænd; ənd] [fæts] .
starches **,** **and** **fats** **.**
淀粉 , 和 脂肪 .

淀粉和脂肪。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] [fuːdz] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['bɒdi] [kæn; kən] ['iːzəli] [bɜːn] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː] [wɔːm]
These **are** **the** **foods** **which** **the** **body** **can** **easily** **burn** **to** **keep** **it** **warm**
这些 是 这 食物 哪个 这 身体 能 容易地 烧伤 到 保持 它 温暖的
[ænd; ənd] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː] ['paʊə(r)] [tuː; tə] [ækt] .
and **give** **it** **power** **to** **act** **.**
和 给 它 力量 到 行为 .

这些食物很容易被身体燃烧，从而保持体温并赋予身体活动能力。

['kændi] , [mə'læsɪz] , [ɔː(r)] ['ʃʊgə(r)] [ɪn] ['eni] [fɔːm] , ['teɪkən] [ɪn] [smɔːl] [k'wɒntɪtɪz] , [ɪz] [ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] .
Candy **,** **molasses** **,** **or** **sugar** **in** **any** **form** **,** **taken** **in** **small** **quantities** **,** **is** **a** **good** **food** **.**
糖果 , 糖蜜 , 或者 糖 在 任何 形式 , 已采取 在 小的 数量 , 是 一个 好的 食物 .

糖果、糖蜜或任何形式的糖，少量食用都是有益的食物。

[stɑːtʃ] , [wɪtʃ] [ðə; ði] ['bɒdi] ['kwɪkli] ['tʃeɪndʒɪz] [tuː; tə] ['ʃʊgə(r)] , [ɪz] [ə; eɪ] [mʌtʃ] [tʃiːpə] [fuːd] .
Starch **,** **which** **the** **body** **quickly** **changes** **to** **sugar** **,** **is** **a** **much** **cheaper** **food** **.**
淀粉 , 哪个 这 身体 迅速地 变化 到 糖 , 是 一个 很多 更便宜 食物 .

淀粉在体内能迅速转化为糖，是一种价格低廉得多的食物。

[miːts] [kən'teɪn] ['veri] ['lɪt(ə)l] [stɑːtʃ] , [bʌt; bət] ['nɪəli] [ɔːl] ['vedʒtəb(ə)lz] [kən'teɪn] [mʌtʃ] [stɑːtʃ] .
Meats **contain** **very** **little** **starch** **,** **but** **nearly** **all** **vegetables** **contain** **much** **starch** **.**
肉类 包含 非常 小的 淀粉 , 但 几乎 全部 蔬菜 包含 很多 淀粉 .

肉类淀粉含量极低，但几乎所有蔬菜都含有大量淀粉。

[θriː] [fɔːθ] [ɒv; əv] [kɔːn] [miːl] , [raɪs] , [wiːt] ['flaʊə(r)] , [ænd; ənd]['səʊdə] ['krækəz] [kən'sɪsts] [ɒv; əv]

Three	fourths	of	corn	meal	,	rice	,	wheat	flour	,	and	soda	crackers	consists	of
三	第四部分	的	玉米	一顿饭	,	米	,	小麦	面粉	,	和	苏打	饼干	由	的

[stɑːtʃ] .

starch	.
淀粉	.

玉米粉、大米、小麦粉和苏打饼干中，四分之三是由淀粉组成的。

[mɔː(r)][ðæn; ðən][wʌn][hɑːf][ɒv; əv] [waɪt] [bred] , [draɪd] [biːnz] , [ænd; ənd] ['piːz] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv][pjʊə(r)]

More	than	one	half	of	white	bread	,	dried	beans	,	and	peas	is	made	of	pure
更多的	比	一	一半	的	白色的	面包	,	干燥	豆子	,	和	豌豆	是	制成	的	纯的

[stɑːtʃ] ,

starch	,
淀粉	,

白面包、干豆和豌豆中超过一半是由纯淀粉制成的。

[ænd; ənd][ðeə(r)][ɪz] [mʌtʃ] [stɑːtʃ] [ɪn][pə'teɪtəʊz] .

and	there	is	much	starch	in	potatoes	.
和	那里	是	很多	淀粉	在	土豆	.

土豆中含有大量的淀粉。

[fæt][ɪz][mɔː(r)] [ə'bʌndənt] [ɪn]['ænɪm(ə)l][ðæn; ðən][ɪn]['vedʒtəb(ə)l] [fuːd] .

Fat	is	more	abundant	in	animal	than	in	vegetable	food	.
胖的	是	更多的	丰富	在	动物	比	在	蔬菜	食物	.

动物性食物中的脂肪含量比植物性食物中更高。

['kɑːstə(r)][ɔɪl][ænd; ənd] ['kɒtn] - [siːd] [ɔɪl][ɑː(r); ə(r)][fæts][frɒm; frəm]['vedʒtəb(ə)lz] .

Castor	oil	and	cotton	-	seed	oil	are	fats	from	vegetables	.
卡斯托尔	油	和	棉布	-	种子	油	是	脂肪	从	蔬菜	.

蓖麻油和棉籽油都是植物油脂。

[ðə; ði][fæt][ɒv; əv][ðə; ði] [kaʊ] [ɪz] [kɔːld] ['suːɪt; 'sjuːɪt][ɔː(r)] ['tæləʊ] ,

The	fat	of	the	cow	is	called	suet	or	tallow	,
这	胖的	的	这	奶牛	是	称为	羊脂	或者	脂	,

牛的脂肪被称为牛油或牛脂，

[waɪl] [ðə; ði][fæt][ɒv; əv][ðə; ði][hɒg][ɪz] [nəʊn] [æz; əz][lɑːd] .

while	the	fat	of	the	hog	is	known	as	lard	.
尽管	这	胖的	的	这	猪	是	已知	作为	猪油	.

而猪的脂肪则被称为猪油。

['bʌtə(r)] [ɪz][ðə; ði][fæt] [kə'lektɪd] [frɒm; frəm] [mɪlk] .

Butter	is	the	fat	collected	from	milk	.
黄油	是	这	胖的	集	从	牛奶	.

黄油是从牛奶中提取的脂肪。

[kriːm] [ænd; ənd] [egz] [kən'teɪn] [mʌtʃ] [fæt] .

Cream	and	eggs	contain	much	fat	.
奶油	和	鸡蛋	包含	很多	胖的	.

奶油和鸡蛋都含有大量脂肪。

[wen] [p'ɜːsənz] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['ʃʊgər] , ['stɑːrtʃɪz] , [ɔː(r)][fæts] ,

When	persons	eat	too	much	of	the	sugars	,	starches	,	or	fats	,
什么时候	人	吃	也	很多	的	这	糖	,	淀粉	,	或者	脂肪	,

当人们摄入过多的糖、淀粉或脂肪时，

[ðə; ði] ['bɒdi] [meɪ] [stɔː(r)][ðem; ðəm][ʌp][æz; əz][fæt] .

the	body	may	store	them	up	as	fat	.
这	身体	可能	店铺	他们	向上	作为	胖的	.

身体可能会将它们以脂肪的形式储存起来。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [θɪn] [p'ɜːsənz] ['wɪʃɪŋ] [tuː; tə] [geɪn] [ɪn] [fleʃ] [iːt] [egz] , [nʌts] , [ænd; ənd] [rɪtʃ]

For	this	reason	thin	persons	wishing	to	gain	in	flesh	eat	eggs	,	nuts	,	and	rich
为了	这	原因	薄的	人	祝	到	获得	在	肉	吃	鸡蛋	,	坚果	,	和	富有的

[mɪlk] .

milk	.
牛奶	.

因此，体型偏瘦的人如果想增重，就会吃鸡蛋、坚果和高脂牛奶。

[ðə; ði] ['mɪnərəl] [fuːdz] . — [ðə; ði] ['bɒdi] [mʌst; məst] [hæv; həv] [nɒt] ['əʊnli] [laɪm] [tuː; tə] [help] [fɔːm] [ðə; ði]

The	Mineral	Foods	.	—	The	body	must	have	not	only	lime	to	help	form	the
这	矿物	食物	.	—	这	身体	必须	有	不是	仅有的	酸橙	到	帮助	形式	这

[bəʊnz] , [bʌt; bət] ['aɪən] ,

bones	,	but	iron	,
骨头	,	但	铁	,

矿物质食物——人体不仅需要石灰来帮助形成骨骼，还需要铁。

[sɔːlt] , ['səʊdə] , [ænd; ənd] ['pɒtæʃ] [fɔː(r); fə(r)] ['ʌðə(r)] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] .

salt	,	soda	,	and	potash	for	other	parts	of	the	body	.
盐	,	苏打	,	和	钾肥	为了	其他	部分	的	这	身体	.

盐、苏打和钾碱用于身体其他部位。

[ɔːl] [ðiːz] ['mɪnərəlz] [ɪk'sept] [sɔːlt] [ɑː(r); ə(r)] [faʊnd] [ɪn] ['meni] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['kɒmən] [fuːdz] .

All	these	minerals	except	salt	are	found	in	many	of	the	common	foods	.
全部	这些	矿物	除了	盐	是	成立	在	许多	的	这	常见的	食物	.

除了盐以外，这些矿物质都存在于许多常见食物中。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

[eit] — [gʊd] [fuːdz] [fɔː(r); fə(r)] ['gɪvɪŋ] [ðə; ði] ['bɒdi] ['paʊə(r)] [ænd; ənd] [hiːt] .

8	—	Good	foods	for	giving	the	body	power	and	heat	.
8	—	好的	食物	为了	给予	这	身体	力量	和	热	.

8 —能为身体提供力量和热量的优质食物。

['wɔːtə(r)] [ɪz] [wʌn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [məʊst] [ɪm'pɔːt(ə)nt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['mɪnərəl] [fuːdz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ˌaɪ 'tiː] [helps]

Water	is	one	of	the	most	important	of	the	mineral	foods	because	it	helps
水	是	一	的	这	最多	重要的	的	这	矿物	食物	因为	它	帮助

[ðə; ði] ['bɒdi] [juːz] [ɔːl] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [fuːdz] .

the	body	use	all	the	other	foods	.
这	身体	使用	全部	这	其他	食物	.

水是最重要的矿物质食物之一，因为它有助于身体利用所有其他食物。

[məʊst] ['piːp(ə)l] [drɪŋk] [tuː] ['lɪt(ə)l] ['wɔːtə(r)] [tuː; tə] [ɪn'dʒɔɪ]

Most	people	drink	too	little	water	to	enjoy
最多	人们	喝	也	小的	水	到	享受

大多数人喝水太少，无法享受到水的乐趣。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	25	]
[	页	-	]

[第25页]

[ðə; ði] [best] [helθ] .

the	best	health	.
这	最好的	健康	.

最佳健康状态。

[ðə; ði] ['bɒdi] [niːdz] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [tuː] [kwɔːts] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] ['evri] [deɪ] .

The	body	needs	more	than	two	quarts	of	water	every	day	.
这	身体	需求	更多的	比	二	夸脱	的	水	每一个	天	.

人体每天需要的水量超过两夸脱。

[ðeə(r)] [ɪz] [mʌtʃ] ['wɔːtə(r)][ɪn]['aʊə(r)] [fuːdz] .

There	is	much	water	in	our	foods	.
那里	是	很多	水	在	我们的	食物	.

我们的食物中含有大量的水分。

[mɔː(r)][ðæn; ðən][wʌn][hɑːf][ɒv; əv] [egz] , [miːt] , [ænd; ənd] [pə'teɪtəʊz] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] ,

More	than	one	half	of	eggs	,	meat	,	and	potatoes	is	made	of	water	,
更多的	比	一	一半	的	鸡蛋	,	肉	,	和	土豆	是	制成	的	水	,

鸡蛋、肉类和土豆中超过一半的成分是水。

[ænd; ənd][mɔː(r)][ðæn; ðən] [θriː] [fɔːθ] [ɒv; əv] [tə'mɑːtəʊz] , [griːn] [kɔːn] , ['ʌnjənz] , ['kæbɪdʒ] ,

and	more	than	three	fourths	of	tomatoes	,	green	corn	,	onions	,	cabbage	,
和	更多的	比	三	第四部分	的	西红柿	,	绿色的	玉米	,	洋葱	,	卷心菜	,

以及超过四分之三的西红柿、青玉米、洋葱、卷心菜，

[ænd; ənd] [strɪŋ] [biːnz] [ɪz] [kəm'pəʊzd] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .

and	string	beans	is	composed	of	water	.
和	细绳	豆子	是	由	的	水	.

四季豆主要成分是水。

[wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [drɪŋk] [wʌn] [kwɔːt] [ɔː(r)][mɔː(r)][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] ['deɪli] .

We	should	drink	one	quart	or	more	of	water	daily	.
我们	应该	喝	一	夸脱	或者	更多的	的	水	日常的	.

我们每天应该喝至少一夸脱的水。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [juːst] [aɪs][kəʊld] , [ænd; ənd] ['veri] ['lɪt(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi]['teɪkən][æt; ət] [miːl] [taɪm] .

It	should	not	be	used	ice	cold	,	and	very	little	should	be	taken	at	meal	time	.
它	应该	不是	是	用过的	冰	寒冷的	,	和	非常	小的	应该	是	已采取	在	一顿饭	时间	.

它不宜冰镇后服用，用餐时也应少量服用。

[fɪg] . [naɪn] — ['daɪəgræm] ['ʃəʊɪŋ] [haʊ] [ðə; ði] ['dreɪnɪdʒ] [frɒm; frəm][ə; eɪ] [haʊs] [wɪð] [ə; eɪ] [sɪk] ['pɜːs(ə)n]

Fig	.	9	—	Diagram	showing	how	the	drainage	from	a	house	with	a	sick	person
如图	.	9	—	图表	显示	如何	这	引流	从	一个	房子	和	一个	生病的	人

[kɔːzd] [wʌn] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['twenti] [keɪsɪz] [ɒv; əv] ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)][æt; ət] [maʊnt] ['sævɪdʒ] ,

caused	one	hundred	and	twenty	cases	of	typhoid	fever	at	Mount	Savage	,
导致	一	百	和	二十	案例	的	伤寒	发烧	在	山	野蛮的	,

图 9 —示意图显示了萨维奇山一处住有病人的房屋的排水情况如何导致 120 例伤寒病例，

['meəriləʊnd] .

Maryland	.
马里兰州	.

马里兰州。

['wɔːtə(r)][ænd; ənd] [helθ] . — [wʌn] [ɒv; əv][ðə; ði] ['kɒmən] ['kɔːzɪz] [ɒv; əv] ['sɪknəs] [ɪz][bæd]['wɔːtə(r)] .

Water	and	Health	.	—	One	of	the	common	causes	of	sickness	is	bad	water	.
水	和	健康	.	—	一	的	这	常见的	原因	的	疾病	是	坏的	水	.

水与健康——导致疾病的常见原因之一是水质恶劣。

['wɔːtə(r)][frɒm; frəm] ['ʃæləʊ] [welz] [wɪ'ðɪn] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] [fiːt] [ɒv; əv] ['bɑːnjɑːd] , ['pigpen] ,

Water	from	shallow	wells	within	a	hundred	feet	of	barnyards	,	pigpens	,
水	从	浅的	水井	之内	一个	百	脚	的	畜栏	,	猪圈	,

畜栏、猪圈百英尺范围内的浅井水

[ɔː(r)]['ʌðə(r)] [ˌhaʊzɪz] [ɪz]['juːʒuəli; 'juːʒəli] [ʌn'seɪf] [tuː; tə] [drɪŋk] .

or	other	outhouses	is	usually	unsafe	to	drink	.
或者	其他	户外厕所	是	通常	不安全	到	喝	.

或其他室外厕所的水通常不宜饮用。

[æt; ət] ['njuːpɔːt] , [roʊd] ['aɪlənd] ,

At	Newport	,	Rhode	Island	,
在	纽波特	,	罗德岛	岛	,

在罗德岛州纽波特，

[mɔː(r)][ðæn; ðən] ['eɪti] [p'ɜːsənz] [wɜː(r); wə(r)] [meɪd] [sɪk] [wɪð] [ðə; ði]['fiːvə(r)][baɪ] ['drɪŋkɪŋ] [ðə; ði]['wɔːtə(r)]

more	than	eighty	persons	were	made	sick	with	the	fever	by	drinking	the	water
更多的	比	八十	人	是	制成	生病的	和	这	发烧	经过	喝	这	水

[frɒm; frəm][ə; eɪ] [wel] ['əʊnli][ten] [fiːt] [diːp] .

from	a	well	only	ten	feet	deep	.
从	一个	出色地	仅有的	十	脚	深的	.

八十多人因饮用仅十英尺深的井水而患上发烧。

[ðə; ði][ɪm'pjʊə(r)]['wɔːtə(r)]

The	impure	water
这	不纯	水

不纯净的水

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	26	]
[	页	-	]

[第26页]

[frɒm; frəm][wʌn] [sprɪŋ] [æt; ət] ['trentən] , [njuː] ['dʒɜːzi] ,

from	one	spring	at	Trenton	,	New	Jersey	,
从	一	春天	在	特伦顿	,	新的	球衣	,

来自新泽西州特伦顿的一处泉眼

[geɪv] [ðə; ði]['fiːvə(r)][tuː; tə] ['nɪəli] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] [p'ɜːsənz] [ɪn][wʌn] ['siːz(ə)n] .

gave	the	fever	to	nearly	a	hundred	persons	in	one	season	.
给予	这	发烧	到	几乎	一个	百	人	在	一	季节	.

在一个季节内，使近百人患上这种发烧。

[æt; ət] [maʊnt] ['sævɪdʒ] , ['meərilənd] ,

At	Mount	Savage	,	Maryland	,
在	山	野蛮的	,	马里兰州	,

在马里兰州萨维奇山，

[ə; eɪ] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['twenti] [p'ɜːsənz] [wɜː(r); wə(r)] [meɪd] [ɪl] [baɪ]['juːzɪŋ][ðə; ði]['wɔːtə(r)][frɒm; frəm]

a	hundred	and	twenty	persons	were	made	ill	by	using	the	water	from
一个	百	和	二十	人	是	制成	患病的	经过	使用	这	水	从

[ə; eɪ] [sprɪŋ] [nɪə(r)][ə; eɪ] [haʊs] [dreɪn] .

a	spring	near	a	house	drain	.
一个	春天	靠近	一个	房子	流走	.

一百二十人因使用房屋排水沟附近泉水的水而生病。

['wɔːtə(r)][frɒm; frəm] ['rɪvəz] [ænd; ənd] [striːmz] ['rʌnɪŋ] [nɪə(r)] [weə(r)] ['meni] ['piːp(ə)l] [lɪv; laɪv][ɪz] ['laɪkli]

Water	from	rivers	and	streams	running	near	where	many	people	live	is	likely
水	从	河流	和	溪流	跑步	靠近	在哪里	许多	人们	居住	是	可能

[tuː; tə][biː; bi] [meɪd] [ɪm'pjʊə(r)][ænd; ənd][ɪz][ʃʊə(r)][tuː; tə] [brɪŋ] ['sɪknəs] [ænd; ənd] [deθ] [tuː; tə][sʌm; səm]

to	be	made	impure	and	is	sure	to	bring	sickness	and	death	to	some
到	是	制成	不纯	和	是	当然	到	带来	疾病	和	死亡	到	一些

[ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [juːz][ˌaɪ 'tiː] .

of	those	who	use	it	.
的	那些	WHO	使用	它	.

许多人居住地附近的河流和溪流中的水很可能已被污染，肯定会给一些使用者带来疾病甚至死亡。

['wɔːtə(r)][frɒm; frəm][ə; eɪ] [smɔːl] [striːm] [æt; ət] ['plɪməθ] , [ˌpensl'veɪniə] , ['rʌnɪŋ] [pɑːst][ə; eɪ] [haʊs]

Water	from	a	small	stream	at	Plymouth	,	Pennsylvania	,	running	past	a	house
水	从	一个	小的	溪流	在	普利茅斯	,	宾夕法尼亚州	,	跑步	过去的	一个	房子

['ɒkjupaɪd] [baɪ][ə; eɪ] ['taɪfɔɪd] ['peɪʃ(ə)nt] ,

occupied	by	a	typhoid	patient	,
占领	经过	一个	伤寒	病人	,

宾夕法尼亚州普利茅斯一条小溪的溪水流过一户人家，而这户人家住着一位伤寒病人。

[geɪv] [ðə; ði]['fiːvə(r)][tuː; tə]['əʊvə(r)][ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [p'ɜːsənz] [ɪn][wʌn] [mʌnθ] .

gave	the	fever	to	over	a	thousand	persons	in	one	month	.
给予	这	发烧	到	超过	一个	千	人	在	一	月	.

一个月内，使上千人患上这种高烧。

[ðə; ði]['wɔːtə(r)][frɒm; frəm][ə; eɪ] [smɔːl] [striːm] [æt; ət] ['ɪθəkə] , [njuː] [jɔːk] ,

The	water	from	a	small	stream	at	Ithaca	,	New	York	,
这	水	从	一个	小的	溪流	在	伊萨卡	,	新的	约克	,

来自纽约州伊萨卡一条小溪的水

[geɪv] [ðə; ði]['fiːvə(r)][tuː; tə]['əʊvə(r)] [ˌθɜː'tiːn] ['hʌndrəd] ['piːp(ə)l] [ɪn][wʌn] ['siːz(ə)n] ,

gave	the	fever	to	over	thirteen	hundred	people	in	one	season	,
给予	这	发烧	到	超过	十三	百	人们	在	一	季节	,

在一个季节内，使超过1300人患上这种疾病。

[ænd; ənd][æn; ən]['ɔːlməʊst]['iːkwəl]['nʌmbə(r)] [kɔːt] [ðə; ði]['fiːvə(r)][ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] [æt; ət]['bʌtlə(r)] ,

and	an	almost	equal	number	caught	the	fever	in	a	few	weeks	at	Butler	,
和	一个	几乎	平等的	数字	捕捉	这	发烧	在	一个	很少	周	在	巴特勒	,

[ˌpensl'veɪniə] ,

Pennsylvania	,
宾夕法尼亚州	,

在宾夕法尼亚州巴特勒，几周内也有几乎相同数量的人感染了这种疾病。

[baɪ] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔːtə(r)][frɒm; frəm][ə; eɪ] [smɔːl] [kriːk] [ə'lɒŋ] [wɪtʃ] [sʌm; səm] [sɪk] [p'ɜːsənz] [lɪvd; 'laɪvd] .

by	drinking	water	from	a	small	creek	along	which	some	sick	persons	lived	.
经过	喝	水	从	一个	小的	溪	沿着	哪个	一些	生病的	人	居住地	.

他饮用了沿岸一条小溪里的水，而这条小溪边居住着一些病人。

[prɪ'ventɪŋ] ['sɪknəs] [frɒm; frəm][bæd]['wɔːtə(r)] . — [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['betə(r)][tuː; tə][gəʊ] ['θɜːsti] [ðæn; ðən][tuː; tə]

Preventing	Sickness	from	Bad	Water	.	—	It	is	better	to	go	thirsty	than	to
预防	疾病	从	坏的	水	.	—	它	是	更好的	到	去	渴	比	到

[drɪŋk]['wɔːtə(r)] [wɪtʃ] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə]

drink	water	which	is	likely	to
喝	水	哪个	是	可能	到

预防因饮用不洁净的水而生病——宁可口渴也不要饮用可能致病的水。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	27	]
[	页	-	]

[第27页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	28	]
[	页	-	]

[第28页]

[kɔːz] ['sɪknəs] .

cause	sickness	.
原因	疾病	.

导致疾病。

['eni] ['wɔːtə(r)][kæn; kən][biː; bi] [meɪd] [seɪf] [baɪ] ['bɔɪlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][wʌn] ['mɪnɪt] .

Any	water	can	be	made	safe	by	boiling	it	one	minute	.
任何	水	能	是	制成	安全的	经过	沸腾	它	一	分钟	.

任何水煮沸一分钟后都可以安全饮用。

[bɔɪld] ['wɔːtə(r)][ɪz][ðə; ði][məʊst] ['helθf(ə)l] [kaɪnd][ɒv; əv]['wɔːtə(r)][tuː; tə][juːz] .

Boiled	water	is	the	most	healthful	kind	of	water	to	use	.
煮沸	水	是	这	最多	健康的	种类	的	水	到	使用	.

煮沸的水是最健康的水。

[ðə; ði] ['pi:p(ə)l] [ɒv; əv] ['tʃaɪnə] [ænd; ənd] [dʒə'pæn] ['seldəm] [ju:z] ['wɔ:tə(r)] [ðæt] [hæz; həz] [nɒt] [bi:n] [bɔɪld] .

The	people	of	China	and	Japan	seldom	use	water	that	has	not	been	boiled	.
这	人们	的	中国	和	日本	很少	使用	水	那	有	不是	到过	煮沸	.

中国和日本人民很少使用未经煮沸的水。

['meni] ['sɪtɪz] ['ju:zɪŋ] ['wɔ:tə(r)] [frɒm; frəm] ['rɪvəz] [rʌn] [ˌaɪ 'ti:] [θru:] [ə; eɪ] ['leɪə(r)] [ɒv; əv] [sænd] [ænd; ənd]

Many	cities	using	water	from	rivers	run	it	through	a	layer	of	sand	and
许多	城市	使用	水	从	河流	跑步	它	通过	一个	层	的	沙	和

['græv(ə)l] [tu:; tə] [rɪ'mu:v] [ðə; ði] ['taɪni] [θɪŋz] [ðæt] [kɔ:z] [səʊ] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [ænd; ənd] [deθ] .

gravel	to	remove	the	tiny	things	that	cause	so	much	sickness	and	death	.
碎石	到	消除	这	微小的	事物	那	原因	所以	很多	疾病	和	死亡	.

许多城市使用河水时，会先将水流过一层沙子和砾石，以去除导致疾病和死亡的微小微生物。

[ðɪs] [meɪks] [ðə; ði] ['wɔ:tə(r)] ['veri] [mʌtʃ] ['pjʊrər] ,

This	makes	the	water	very	much	purer	,
这	制作	这	水	非常	很多	更纯净	,

这样一来，水质就纯净得多了。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [nɒt] [səʊ] ['sɜ:t(ə)n] [tu:; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['wɔ:tə(r)] [seɪf] [æz; əz] [ɪz] ['bɔɪlɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] .

but	it	is	not	so	certain	to	make	the	water	safe	as	is	boiling	it	.
但	它	是	不是	所以	肯定	到	制作	这	水	安全的	作为	是	沸腾	它	.

但是，它并不能像煮沸那样确保水质安全。

[bæd] ['wɔ:tə(r)] [meɪks] ['nɪəli] [ə; eɪ] ['kwɔ:tə(r)] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['mɪljən] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['pi:p(ə)l] [sɪk] ['evri] [jɪə(r)]

Bad	water	makes	nearly	a	quarter	of	a	million	of	our	people	sick	every	year
坏的	水	制作	几乎	一个	四分之一	的	一个	百万	的	我们的	人们	生病的	每一个	年

[ænd; ənd] [kɪlz] ['twenti] ['θaʊz(ə)nd] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] .

and	kills	twenty	thousand	of	them	.
和	杀戮	二十	千	的	他们	.

每年，近25万我国人民因饮用不洁净的水而患病，其中2万人因此丧命。

[haʊ] [mʌtʃ] [fu:d] [dʌz] [ðə; ði] ['bɒdi] [ni:d] ? — [məʊst] ['pi:p(ə)l] [i:t] [tu:] [mʌtʃ] .

How	much	Food	does	the	Body	Need	?	—	Most	people	eat	too	much	.
如何	很多	食物	做	这	身体	需要	?	—	最多	人们	吃	也	很多	.

人体需要多少食物？——大多数人吃得太多。

[ˌəʊvər'i:tɪŋ] [ˌəuvə'wə:k] [ðə; ði] ['stʌmək] , ['pɔɪznz] [ðə; ði] ['bɒdi] , [meɪks] [wʌn] [fi:l] ['leɪzi] , [ænd; ənd]

Overeating	overworks	the	stomach	,	poisons	the	body	,	makes	one	feel	lazy	,	and
暴饮暴食	过度劳累	这	胃	,	毒药	这	身体	,	制作	一	感觉	懒惰的	,	和

['kɔ:zɪz] ['hedeɪk] .

causes	headache	.
原因	头痛	.

暴饮暴食会使胃部负担过重，毒害身体，使人感到疲倦，并引起头痛。

[ɪf] [ju:; jʊ] [tʃu:] [jɔ:(r); jə(r)] [fu:d] [faɪn] [ænd; ənd] [stɒp] ['i:tɪŋ] [æz; əz] [su:n] [æz; əz] ['hʌŋgə(r)] [ɪz] ['sætɪsfaɪd]

If	you	chew	your	food	fine	and	stop	eating	as	soon	as	hunger	is	satisfied
如果	你	嚼	你的	食物	美好的	和	停止	吃	作为	很快	作为	饥饿	是	使满意

[wɪ'ðaʊt] ['temptɪŋ] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [wɪð] [swi:ts] ,

without	tempting	the	appetite	with	sweets	,
没有	诱人的	这	食欲	和	糖果	,

如果你细嚼慢咽，并在饥饿感得到满足后立即停止进食，避免用甜食来刺激食欲，

[ju:; jʊ] [ɑ:(r); ə(r)] [nɒt] ['laɪkli] [tu:; tə] [ˌəʊvər'i:t] .

you	are	not	likely	to	overeat	.
你	是	不是	可能	到	暴饮暴食	.

你不太可能吃得过多。

[ə'baʊt] [wʌn] ['sev(ə)nθ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] ['bɪldɪŋ] [fuːd] [ɪz] ['niːdɪd] ['deɪli] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['bɒdi]

About	one	seventh	of	a	pound	of	building	food	is	needed	daily	to	keep	the	body
关于	一	第七	的	一个	磅	的	建筑	食物	是	需要	日常的	到	保持	这	身体

[ɪn][rɪ'peə(r)] ,

in	repair	,
在	维修	,

人体每天大约需要七分之一磅的营养物质来维持身体的修复。

[ænd; ənd][ə; eɪ]['kwɔːtə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv][fæt][ænd; ənd][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] ['stɑːrtʃɪz] [ænd; ənd]

and	a	quarter	of	a	pound	of	fat	and	a	pound	of	starches	and
和	一个	四分之一	的	一个	磅	的	胖的	和	一个	磅	的	淀粉	和

['ʃʊgər] [ɑː(r); ə(r)] [rɪ'kwaɪəd] [tuː; tə] [help] [ðə; ði] ['bɒdi] [duː; də][ə; eɪ] [hɑːd] [deɪz] [wɜːk] .

sugars	are	required	to	help	the	body	do	a	hard	day's	work	.
糖	是	必需的	到	帮助	这	身体	做	一个	难的	天	工作	.

人体需要摄入四分之一磅脂肪和一磅淀粉和糖类，才能完成一天的辛勤工作。

[ə; eɪ][hɑːf] [paʊnd] [ɒv; əv] [bred] , [biːnz] , [ænd; ənd] [miːt] [iːtʃ] , [ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] [pə'teɪtəʊz] , [ə; eɪ]

A	half	pound	of	bread	,	beans	,	and	meat	each	,	a	pound	of	potatoes	,	a
一个	一半	磅	的	面包	,	豆子	,	和	肉	每个	,	一个	磅	的	土豆	,	一个

[paɪnt][ɒv; əv] [mɪlk] ,

pint	of	milk	,
品脱	的	牛奶	,

半磅面包、半磅豆子和半磅肉，一磅土豆，一品脱牛奶，

[ænd; ənd][ə; eɪ]['kwɔːtə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] [paʊnd] [ɒv; əv] ['bʌtə(r)] [ænd; ənd]['ʃʊgə(r)] [iːtʃ] ,

and	a	quarter	of	a	pound	of	butter	and	sugar	each	,
和	一个	四分之一	的	一个	磅	的	黄油	和	糖	每个	,

还有四分之一磅黄油和糖，各四分之一磅。

[wɪl] [gɪv] [ə; eɪ] ['wɜːkɪŋ] [mæn][ɔːl][ðə; ði] [fuːd] [hiː; hi] [niːdz] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [deɪ] .

will	give	a	working	man	all	the	food	he	needs	for	a	day	.
将要	给	一个	在职的	男人	全部	这	食物	他	需求	为了	一个	天	.

能为一名劳动者提供一天所需的所有食物。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['bɜːrdz] - [aɪ] [vjuː] [ɒv; əv] ['plɪməθ] , [ˌpensl'veɪniə] ,

10	—	Bird's	-	eye	view	of	Plymouth	,	Pennsylvania	,
-	—	鸟类	-	眼睛	看法	的	普利茅斯	,	宾夕法尼亚州	,

10 —宾夕法尼亚州普利茅斯鸟瞰图，

['ʃəʊɪŋ] [weə(r)] [ðə; ði] [weɪst] [frɒm; frəm][wʌn] [sɪk] [ruːm] [wɒz; wəz] [θrəʊn] [ɒn][ðə; ði][bæŋk][ɒv; əv][ə; eɪ]

showing	where	the	waste	from	one	sick	room	was	thrown	on	the	bank	of	a
显示	在哪里	这	浪费	从	一	生病的	房间	曾是	抛掷	在	这	银行	的	一个

[striːm] [wɪtʃ] ['sevrəl] [maɪlz] [bɪ'ləʊ] [sə'plaɪd] [ðə; ði] [taʊn] [wɪð] ['wɔːtə(r)][ænd; ənd] [kɔːzd] ['əʊvə(r)][wʌn]

stream	which	several	miles	below	supplied	the	town	with	water	and	caused	over	one
溪流	哪个	一些	英里	以下	供应	这	镇	和	水	和	导致	超过	一

['θaʊz(ə)nd] [keɪsɪz] [ɒv; əv]['fiːvə(r)][ænd; ənd][mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['deθs] [wɪ'ðɪn] ['sev(ə)n] [wiːks] .

thousand	cases	of	fever	and	more	than	a	hundred	deaths	within	seven	weeks	.
千	案例	的	发烧	和	更多的	比	一个	百	死亡人数	之内	七	周	.

图中显示，一间病房的排泄物被扔到几英里外的一条小溪岸边，这条小溪为下游的城镇提供水源，并在七周内导致一千多人发烧，一百多人死亡。

[bɪə(r)][ænd; ənd] [waɪn] [æz; əz] [fuːdz] . — [ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz][wʌns] [θɔːt] [ðæt] [bɪə(r)][ænd; ənd] [waɪn]

Beer	and	Wine	as	Foods	.	—	It	was	once	thought	that	beer	and	wine
啤酒	和	葡萄酒	作为	食物	.	—	它	曾是	一次	想法	那	啤酒	和	葡萄酒

[wɜːr; wə(r)] [gʊd] [fuːdz] ,

were	good	foods	,
是	好的	食物	,

啤酒和葡萄酒作为食物——人们一度认为啤酒和葡萄酒是很好的食物，

[bʌt; bət] ['hʌndrədz] [ɒv; əv]

but	hundreds	of
但	数百	的

但数百

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	28	]
[	页	-	]

[第28页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	29	]
[	页	-	]

[第29页]

[leɪt] [ɪk'sperɪm(ə)nts] [ʃəʊ] [ðæt] [ðiːz] [drɪŋks] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] [pɔː(r); pʊə(r)][ænd; ənd] [ɪk'spensɪv] [fuːdz] .

late	experiments	show	that	these	drinks	are	very	poor	and	expensive	foods	.
晚的	实验	展示	那	这些	饮料	是	非常	贫穷的	和	昂贵的	食物	.

近期实验表明，这些饮料是非常低劣且昂贵的食品。

[ə; eɪ][hɑːf] [glɑːs] [ɒv; əv] [mɪlk] [ɪz][ɒv; əv][mɔː(r)] [juːz][tuː; tə][ðə; ði] ['bɒdi] [æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [fʊl]

A	half	glass	of	milk	is	of	more	use	to	the	body	as	a	food	than	a	full
一个	一半	玻璃	的	牛奶	是	的	更多的	使用	到	这	身体	作为	一个	食物	比	一个	满的

[kwɔːt] [ɒv; əv][bɪə(r)] .

quart	of	beer	.
夸脱	的	啤酒	.

半杯牛奶比一夸脱啤酒更有益于身体健康。

[ðə; ði][juːz][ɒv; əv] [mʌtʃ] [waɪn] [ɔː(r)][bɪə(r)] [meɪ] [siːm] [tuː; tə]['sætɪsfaɪ][ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ]

The	use	of	much	wine	or	beer	may	seem	to	satisfy	the	appetite	because	they
这	使用	的	很多	葡萄酒	或者	啤酒	可能	似乎	到	满足	这	食欲	因为	他们

['ded(ə)n] [ðə; ði] ['riːəl] ['fiːlɪŋ] [ɒv; əv]['hʌŋgə(r)] .

deaden	the	real	feeling	of	hunger	.
缓和	这	真实的	感觉	的	饥饿	.

大量饮用葡萄酒或啤酒似乎可以满足食欲，因为它们会麻痹真正的饥饿感。

['naɪðə(r)] [ɒv; əv] [ðiːz] [drɪŋks] [kæn; kən][biː; bi] [juːst] [baɪ][ðə; ði] [jʌŋ] [wɪ'ðaʊt] ['deɪndʒə(r)][ɒv; əv] ['duːɪŋ]

Neither	of	these	drinks	can	be	used	by	the	young	without	danger	of	doing
两者都不	的	这些	饮料	能	是	用过的	经过	这	年轻的	没有	危险	的	正在做

[mʌtʃ] [hɑːm] .

much	harm	.
很多	伤害	.

这两种饮料青少年饮用都会有极大的危害。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði]['lɪt(ə)l] [glɑːs] [ɒv; əv] [mɪlk] [kən'teɪnz] ['nɪəli] [twaɪs] [æz; əz] [mʌtʃ] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)] ['bɪldɪŋ]

11	—	The	little	glass	of	milk	contains	nearly	twice	as	much	food	for	building
-	—	这	小的	玻璃	的	牛奶	包含	几乎	两次	作为	很多	食物	为了	建筑

[fleʃ] [ænd; ənd] [blʌd] [æz; əz][ðə; ði] [lɑːdʒ] [glɑːs] [ɒv; əv][bɪə(r)] .

flesh	and	blood	as	the	large	glass	of	beer	.
肉	和	血	作为	这	大的	玻璃	的	啤酒	.

11 —一小杯牛奶所含的用于构建血肉的营养物质几乎是一大杯啤酒的两倍。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[waɪ] [dʌz] [ðə; ði] ['bɒdi] [niːd] [fuːd] ? [ˌtuː'tuː] .

Why	does	the	body	need	food	?	2	.
为什么	做	这	身体	需要	食物	?	2	.

1. 人体为什么需要食物?

[waɪ] [duː; də][juː; jʊ] [weɪ] [les] ['ɑːftə(r)] ['wɜːkɪŋ] ? [θriː] .

Why	do	you	weigh	less	after	working	?	3	.
为什么	做	你	称重	较少的	后	在职的	?	3	.

为什么你工作后体重会减轻? 3.

[wɒt] [ɪz]['ɒksɪdʒən] ? [fɔːr] .

What	is	oxygen	?	4	.
什么	是	氧	?	4	.

什么是氧气? 4.

[frɒm; frəm] [wɒt] [duː; də][wiː; wi] [get] ['bɒdi] - ['bɪldɪŋ] [fuːdz] ? [faɪv] .

From	what	do	we	get	body	-	building	foods	?	5	.
从	什么	做	我们	得到	身体	-	建筑	食物	?	5	.

我们从哪里获取健美食品? 5.

[ɪn] [wɒt] [ɪz] [stɑːtʃ] [faʊnd] ? [sɪks] .

In	what	is	starch	found	?	6	.
在	什么	是	淀粉	成立	?	6	.

淀粉存在于哪些食物中? 6.

[haʊ] [mʌtʃ] ['wɔːtə(r)] [dʌz] [ðə; ði] ['bɒdi] [niːd] ? ['sɛvən] .

How	much	water	does	the	body	need	?	7	.
如何	很多	水	做	这	身体	需要	?	7	.

人体需要多少水? 7.

[weə(r)] [hæv; həv] ['piːp(ə)l] [biːn] [meɪd] [sɪk] [baɪ]['juːzɪŋ][bæd]['wɔːtə(r)] ? [eit] .

Where	have	people	been	made	sick	by	using	bad	water	?	8	.
在哪里	有	人们	到过	制成	生病的	经过	使用	坏的	水	?	8	.

哪些地方的人们因饮用不洁净的水而生病? 8.

[haʊ] [kæn; kən][wiː; wi] [prɪ'vent] ['sɪknəs] [frɒm; frəm][bæd]['wɔːtə(r)] ? [naɪn] .

How	can	we	prevent	sickness	from	bad	water	?	9	.
如何	能	我们	防止	疾病	从	坏的	水	?	9	.

如何预防因饮用不洁净的水而生病? 9.

[wɒt] [hɑːm] [dʌz] [ˌəʊvər'iːtɪŋ] [duː; də] ? - .

What	harm	does	overeating	do	?	10	.
什么	伤害	做	暴饮暴食	做	?	-	.

暴饮暴食会造成什么危害? 10.

[wɒt] [kæn; kən][juː; jʊ] [seɪ] [ɒv; əv][bɪə(r)][æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] ?

What	can	you	say	of	beer	as	a	food	?
什么	能	你	说	的	啤酒	作为	一个	食物	?

啤酒作为一种食物，你觉得怎么样?

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 30]
[页 -]

[第30页]

['tʃæptə(r)] [ˌaɪ 'viː]
CHAPTER IV
章 第四

第四章

[fuːd] [ænd; ənd] [helθ]
FOOD AND HEALTH
食物 和 健康

食品与健康

[miːts] . — [biːf] [ɪz][ðə; ði][best][ɒv; əv][ɔːl] [miːt] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] .
Meats . — Beef is the best of all meat for food .
肉类 . — 牛肉 是 这 最好的 的 全部 肉 为了 食物 .

肉类——牛肉是所有肉类中最好的食用肉。

['nɪəli] [wʌn] [fɪfθ] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [juːst] [tuː; tə][rɪ'peə(r)][ðə; ði] [wɔːn] - [aʊt] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði]
Nearly one fifth of it can be used to repair the worn - out parts of the
几乎 一 第五 的 它 能 是 用过的 到 维修 这 磨损 - 出去 部分 的 这
['bɒdi] .
body .
身体 .

其中近五分之一可用于修复身体磨损的部位。

['mʌtn] , [ðə; ði] [miːt] [ɒv; əv] [ʃiːp] , [ɪz]['ɔːlməʊst][æz; əz] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] [æz; əz] [biːf] .
Mutton , the meat of sheep , is almost as good for food as beef .
羊肉 , 这 肉 的 羊 , 是 几乎 作为 好的 为了 食物 作为 牛肉 .

羊肉，也就是绵羊的肉，其食用价值几乎与牛肉一样高。

[viːl] [ænd; ənd] [pɔːk] ['ɔːlsəʊ] [kən'teɪn] [mʌtʃ] ['bɒdi] - ['bɪldɪŋ] ['mætə(r)] ,
Veal and pork also contain much body - building matter ,
小牛肉 和 猪肉 还 包含 很多 身体 - 建筑 事情 ,

小牛肉和猪肉也含有丰富的身体所需营养物质。

[bʌt; bət][ðə; ði] ['stʌmək] [mʌst; məst] [wɜːk] [hɑːd][tuː; tə][prɪ'peə(r)][ðem; ðəm][fɔː(r); fə(r)][juːz] .
but the stomach must work hard to prepare them for use .
但 这 胃 必须 工作 难的 到 准备 他们 为了 使用 .

但胃必须努力工作才能将它们准备好以供利用。

[fɪʃ] [ɪz][æn; ən] ['eksələnt] [fuːd] ,
Fish is an excellent food ,
鱼 是 一个 出色的 食物 ,

鱼是一种极好的食物，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz]['əʊnli]['lɪt(ə)l][mɔː(r)][ðæn; ðən][wʌn][hɑːf][æz; əz] [mʌtʃ] [fleʃ] - ['bɪldɪŋ] ['mætə(r)]
but it has only little more than one half as much flesh - building matter
但 它 有 仅有的 小的 更多的 比 一 一半 作为 很多 肉 - 建筑 事情
[æz; əz] [gʊd] [biːf] .
as good beef .
作为 好的 牛肉 .

但它所含的肌肉组织物质只有优质牛肉的一半多一点。

['pəʊltri] [ɪz][ə; eɪ] ['helθf(ə)l] [fuːd] , [ɪ'speʃəli] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [wiːk] [ænd; ənd] [sɪk] ,
Poultry is a healthful food , especially for the weak and sick ,
家禽 是 一个 健康的 食物 , 尤其 为了 这 虚弱的 和 生病的 ,

家禽是一种健康食品，尤其适合体弱多病的人食用。

[bʌt; bət][ˌaɪ ˈtiː][ɪz][mɔː(r)] [ɪkˈspensɪv] [ðæn; ðən][ðə; ði]['ʌðə(r)] [miːts] .

but	it	is	more	expensive	than	the	other	meats	.
但	它	是	更多的	昂贵的	比	这	其他	肉类	.

但它比其他肉类更贵。

['ɔɪstə(r)z] [ɑː(r); ə(r)] ['lɑːdʒli] [meɪd] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)][ænd; ənd][duː; də] [nɒt] [kən'teɪn] [mʌtʃ] [tuː; tə] ['streŋ(k)θn] [ðə; ði] ['bɒdi] .

Oysters	are	largely	made	of	water	and	do	not	contain	much	to	strengthen	the	body	.
牡蛎	是	很大程度上	制成	的	水	和	做	不是	包含	很多	到	加强	这	身体	.

牡蛎主要成分是水，对增强体质并没有多少益处。

[ɪn] [ɔːl] [miːt] [ðeə(r)] [ɪz][sʌm; səm] [weɪst] ['mætə(r)] .

In	all	meat	there	is	some	waste	matter	.
在	全部	肉	那里	是	一些	浪费	事情	.

所有肉类都含有一些杂质。

[ðɪs] [meɪ] [hɑːm] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪf] [wiː; wi] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] [miːt] .

This	may	harm	the	body	if	we	eat	too	much	meat	.
这	可能	伤害	这	身体	如果	我们	吃	也	很多	肉	.

如果吃太多肉，可能会对身体有害。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nəʊ][lɒŋgə(r)] [θɔːt] ['helθf(ə)l] [fɔː(r); fə(r)][məʊst] [p'ɜːsənz] [tuː; tə] [iːt] [miːt] [mɔː(r)][ðæn; ðən] [wʌns] [ə; eɪ] [deɪ] .

It	is	no	longer	thought	healthful	for	most	persons	to	eat	meat	more	than	once	a	day	.
它	是	不	更长	想法	健康的	为了	最多	人	到	吃	肉	更多的	比	一次	一个	天	.

现在大多数人认为，一天吃一次肉对健康不利。

[tuː] [mʌtʃ] [miːt] [juːst] ['deɪli] [fɔː(r); fə(r)] ['sevrəl] [j'iəz] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [dɪ'ziːz] .

Too	much	meat	used	daily	for	several	years	is	likely	to	cause	disease	.
也	很多	肉	用过的	日常的	为了	一些	年	是	可能	到	原因	疾病	.

长期每日食用过多肉类很可能导致疾病。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [iːtʃ] [ɒv; əv] [ðiːz] ['ɑːtɪk(ə)lz] [kɒsts] [ðə; ði] [seɪm] ,

12	—	Each	of	these	articles	costs	the	same	,
-	—	每个	的	这些	文章	成本	这	相同的	,

12——这些商品每件价格都一样，

[bʌt; bət][ðə; ði] [bred] [wɪl] ['fɜːnɪʃ] [fɔː(r)] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['bɒdi] [æz; əz][ðə; ði] ['kæbɪdʒ] ,

but	the	bread	will	furnish	four	times	as	much	food	for	the	body	as	the	cabbage	,
但	这	面包	将要	提供	四	时代	作为	很多	食物	为了	这	身体	作为	这	卷心菜	,

但是，面包为身体提供的营养是卷心菜的四倍。

[mɔː(r)][ðæn; ðən] [twaɪs] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði] [fɪʃ] , [ænd; ənd] ['nɪəli] [twaɪs] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz] [ðə; ði] [mɪlk] .

more	than	twice	as	much	as	the	fish	,	and	nearly	twice	as	much	as	the	milk	.
更多的	比	两次	作为	很多	作为	这	鱼	,	和	几乎	两次	作为	很多	作为	这	牛奶	.

比鱼多两倍多，比牛奶多近两倍。

[ðə; ði] ['kʊkɪŋ] [ɒv; əv] [miːt] . — [ðə; ði] [best] [miːt] [ɪf] ['pɔːli; 'pʊəli] [kʊkt] [ɪz] [ʌn'fɪt] [fɔː(r); fə(r)] ['iːtɪŋ] .

The	Cooking	of	Meat	.	—	The	best	meat	if	poorly	cooked	is	unfit	for	eating	.
这	烹饪	的	肉	.	—	这	最好的	肉	如果	差	煮熟	是	不合格	为了	吃	.

肉的烹饪——即使是最好的肉，如果烹饪不当也不适合食用。

[brɔɪld] [ænd; ənd] ['rəʊstɪd] [miːts] [ɑː(r); ə(r)] [mɔː(r)] ['helθf(ə)l] [ðæn; ðən] [bɔɪld] [ɔː(r)] [fraɪd] [miːt] .

Broiled	and	roasted	meats	are	more	healthful	than	boiled	or	fried	meat	.
烤制	和	烤	肉类	是	更多的	健康的	比	煮沸	或者	油煎	肉	.

烤肉比煮肉或炸肉更健康。

[miːt]

Meat
肉

肉

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	31	]
[	页	-	]

[第31页]

[ɪz] [brɔɪld] [baɪ] ['həʊldɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] ['waɪə(r)] [freɪm] ['əʊvə(r)] [ə; eɪ] [fleɪm] [ɔː(r)] [hɒt] [kəʊl] .

is	broiled	by	holding	it	in	a	wire	frame	over	a	flame	or	hot	coals	.
是	烤制	经过	保持	它	在	一个	金属丝	框架	超过	一个	火焰	或者	热的	煤炭	.

用铁丝架固定在火上或热炭上烤制。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['rəʊstɪd] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] ['kʌvəd] [pæn] [ɪn] [ə; eɪ] [hɒt] ['ʌv(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] ['aʊəz] .

It	is	roasted	by	placing	it	in	a	covered	pan	in	a	hot	oven	for	two	or	three	hours	.
它	是	烤	经过	放置	它	在	一个	涵盖	平底锅	在	一个	热的	烤箱	为了	二	或者	三	小时	.

将其放入带盖的烤盘中，在高温烤箱中烤制两到三个小时即可。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [bɔɪld] [baɪ] ['kiːpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [hɒt] ['wɔːtə(r)] ['sevrəl] ['aʊəz] .

It	is	boiled	by	keeping	it	in	hot	water	several	hours	.
它	是	煮沸	经过	保持	它	在	热的	水	一些	小时	.

将其放入热水中浸泡数小时即可煮熟。

[miːt] [ɪz] [fraɪd] [baɪ] ['kʊkɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [lɑːd] [ɔː(r)] ['ʌðə(r)] [fæt] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] .

Meat	is	fried	by	cooking	it	in	lard	or	other	fat	in	a	pan	.
肉	是	油煎	经过	烹饪	它	在	猪油	或者	其他	胖的	在	一个	平底锅	.

肉是用猪油或其他油脂在平底锅里煎炸而成的。

['əʊnli] [ðəʊz] [huː] [hæv; həv] [strɒŋ] ['bɒdɪz] [ʃʊd; ʃəd] [iːt] [fraɪd] [miːt] .

Only	those	who	have	strong	bodies	should	eat	fried	meat	.
仅有的	那些	WHO	有	强的	身体	应该	吃	油煎	肉	.

只有身体强壮的人才能吃油炸肉类。

[ðə; ði] [tʃiːp] [kʌts] [ɒv; əv] [miːt] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [nek] , [brest] ,

The	cheap	cuts	of	meat	from	the	neck	,	breast	,
这	便宜的	削减	的	肉	从	这	脖子	,	胸部	,

颈部、胸部等部位的廉价肉块

[ænd; ənd] [legz] [hæv; həv] [ə'baʊt] [æz; əz] [mʌtʃ] [fuːd] ['mætə(r)] [ɪn] [ðem; ðəm] [æz; əz] [ðə; ði] [mɔː(r)] ['kɒstli] [pɑːts] .

and	legs	have	about	as	much	food	matter	in	them	as	the	more	costly	parts	.
和	腿	有	关于	作为	很多	食物	事情	在	他们	作为	这	更多的	昂贵	部分	.

腿部所含的营养物质与身体其他更昂贵的部位所含的营养物质几乎一样多。

[sʌtʃ] [miːt] [meɪ] [biː; bi] [meɪd] [mɔː(r)]['tendə(r)][baɪ] ['bɔɪlɪŋ] [ðæn; ðən][baɪ] ['rəʊstɪŋ] .

Such	**meat**	**may**	**be**	**made**	**more**	**tender**	**by**	**boiling**	**than**	**by**	**roasting**	**.**
这样的	肉	可能	是	制成	更多的	投标	经过	沸腾	比	经过	烘焙	.

这种肉用水煮比烤更嫩。

[suːp] . — [suːp] , [brɒθ] , [ænd; ənd] [biːf] [tiː] ['fɜːnɪʃ] [bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ] ['bɒdi] .

Soup	**.**	**—**	**Soup**	**,**	**broth**	**,**	**and**	**beef**	**tea**	**furnish**	**but**	**little**	**food**	**for**	**the**	**body**	**.**
汤	.	—	汤	,	肉汤	,	和	牛肉	茶	提供	但	小的	食物	为了	这	身体	.

汤——汤、肉汤和牛肉茶对身体提供的营养价值不高。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] ['juːsf(ə)l][ɪn] ['gɪvɪŋ] [ˌjuː 'es][ə; eɪ] [gʊd] ['æpɪtaɪt] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ]['riːəl] [fuːd] [tuː; tə]

They	**are**	**very**	**useful**	**in**	**giving**	**us**	**a**	**good**	**appetite**	**for**	**the**	**real**	**food**	**to**
他们	是	非常	有用	在	给予	我们	一个	好的	食欲	为了	这	真实的	食物	到

[biː; bi] ['iːt(ə)n] ['leɪtə(r)] .

be	**eaten**	**later**	**.**
是	吃	之后	.

它们有助于让我们胃口大开，以便之后更好地享用真正的食物。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**32**	**]**
[	页	-	]

[第32页]

[ðeɪ] [meɪk] [ðə; ðɪ] ['stʌmək] [gəʊ][tuː; tə] [wɜːk] [mɔː(r)] ['kwɪkli] [ðæn; ðən]['ʌðə(r)] [fuːd] .

They	**make**	**the**	**stomach**	**go**	**to**	**work**	**more**	**quickly**	**than**	**other**	**food**	**.**
他们	制作	这	胃	去	到	工作	更多的	迅速地	比	其他	食物	.

它们比其他食物更能加快胃部的工作速度。

[suːp] [ɔː(r)] [brɒθ] [ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm] [miːt] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɒn][ðə; ðɪ] [stəʊv] [ɪn][kəʊld]['wɔːtə(r)] ,

Soup	**or**	**broth**	**is**	**made**	**from**	**meat**	**by**	**placing**	**it**	**on**	**the**	**stove**	**in**	**cold**	**water**	**,**
汤	或者	肉汤	是	制成	从	肉	经过	放置	它	在	这	火炉	在	寒冷的	水	,

汤或肉汤是用肉在冷水中煮制而成的。

['grædʒuəli] ['hiːtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] [ðen] ['kiːpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][hɒt] ['sevrəl] ['aʊəz] .

gradually	**heating**	**it**	**,**	**and**	**then**	**keeping**	**it**	**hot**	**several**	**hours**	**.**
逐步地	加热	它	,	和	然后	保持	它	热的	一些	小时	.

逐渐加热，然后保温几个小时。

[fɪg] . - — ['aɪðə(r)] [gruːp] [ɒv; əv] [fuːdz] [wɪl] [gɪv] [ðə; ðɪ] ['bɒdi] [ðə; ðɪ] [seɪm] [streŋθ] [ænd; ənd]

Fig	**.**	**13**	**—**	**Either**	**group**	**of**	**foods**	**will**	**give**	**the**	**body**	**the**	**same**	**strength**	**and**
如图	.	-	—	任何一个	团体	的	食物	将要	给	这	身体	这	相同的	力量	和

['nʌrɪʃmənt] [fɔː(r); fə(r)] [wɜːk] [ænd; ənd] [grəʊθ] .

nourishment	**for**	**work**	**and**	**growth**	**.**
营养	为了	工作	和	生长	.

图 13 —这两组食物都能为身体提供工作和生长所需的相同力量和营养。

['vedʒtəb(ə)lz] . — [sʌm; səm] [p'ɜːsənz] ['nevə(r)] [iːt] [miːt] [ɒv; əv] ['eni] [kaɪnd][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [ɪn'dʒɔɪ]['betə(r)]

Vegetables	**.**	**—**	**Some**	**persons**	**never**	**eat**	**meat**	**of**	**any**	**kind**	**because**	**they**	**enjoy**	**better**
蔬菜	.	—	一些	人	绝不	吃	肉	的	任何	种类	因为	他们	享受	更好的

[helθ] [wen] ['juːzɪŋ]['əʊnli]['vedʒtəb(ə)lz] ,

health	**when**	**using**	**only**	**vegetables**	**,**
健康	什么时候	使用	仅有的	蔬菜	,

蔬菜——有些人从不吃任何肉类，因为他们发现只吃蔬菜更健康。

[mɪlk] , [ænd; ənd] [egz] .

milk	**,**	**and**	**eggs**	**.**
牛奶	,	和	鸡蛋	.

牛奶和鸡蛋。

['piːz] [ænd; ənd] [biːnz] [kən'teɪn] [mʌtʃ] ['mætə(r)][fɔː(r); fə(r)] ['meɪkɪŋ] [njuː] [fleʃ] [ænd; ənd] [blʌd] [ænd; ənd]

Peas	and	beans	contain	much	matter	for	making	new	flesh	and	blood	and
豌豆	和	豆子	包含	很多	事情	为了	制作	新的	肉	和	血	和

['ɔːlsəʊ] [mʌtʃ] [stɑːtʃ] [tuː; tə] [gɪv] [hiːt] [ænd; ənd]['paʊə(r)][tuː; tə][ðə; ði]['bɒdi] .

also	much	starch	to	give	heat	and	power	to	the	body	.
还	很多	淀粉	到	给	热	和	力量	到	这	身体	.

豌豆和豆类含有大量用于生成新的肌肉和血液的物质，还含有大量淀粉，可以为身体提供热量和能量。

[pə'teɪtəʊz] [fɔːm] [ə; eɪ]['væljuəb(ə)l] [fuːd] .

Potatoes	form	a	valuable	food	.
土豆	形式	一个	有价值的	食物	.

土豆是一种很有价值的食物。

['rəʊstɪd] [pə'teɪtəʊz] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)] ['helθf(ə)l] [ðæn; ðən] [ðəʊz] [bɔɪld] [ɔː(r)] [fraɪd] .

Roasted	potatoes	are	more	healthful	than	those	boiled	or	fried	.
烤	土豆	是	更多的	健康的	比	那些	煮沸	或者	油煎	.

烤土豆比煮土豆或炸土豆更健康。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] ['riːəl] [fuːd] [ɪn] [ðiːz] ['ɑːtɪk(ə)lz] .

14	—	The	amount	of	real	food	in	these	articles	.
-	—	这	数量	的	真实的	食物	在	这些	文章	.

14 —这些文章中真正的食物含量。

['rædɪʃɪz] , ['ʌnjənz] , [ænd; ənd] ['kjuːkʌmbəz] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] ['lɑːdʒli]

Radishes	,	onions	,	and	cucumbers	are	made	largely
萝卜	,	洋葱	,	和	黄瓜	是	制成	很大程度上

萝卜、洋葱和黄瓜是主要食材。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	33	]
[	页	-	]

[第33页]

[ɒv; əv]['wɔːtə(r)] .

of	water	.
的	水	.

水。

['əʊnli][ə; eɪ] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] [ðiːz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['iːt(ə)n][æt; ət][wʌn] [miːl] [æz; əz][ðə; ði] ['stʌmək]

Only	a	small	amount	of	these	should	be	eaten	at	one	meal	as	the	stomach
仅有的	一个	小的	数量	的	这些	应该	是	吃	在	一	一顿饭	作为	这	胃

[mʌst; məst] [wɜːk] [hɑːd][tuː; tə] [meɪk] [juːz][ɒv; əv][ðem; ðəm] .

must	work	hard	to	make	use	of	them	.
必须	工作	难的	到	制作	使用	的	他们	.

每次用餐只能食用少量此类食物，因为胃需要努力消化吸收。

[jʌŋ] [biːts] , ['letɪs] , [ænd; ənd][raɪp] [tə'mɑːtəʊz] [meɪ] [biː; bi]['iːt(ə)n][baɪ] [jʌŋ] [ænd; ənd][əʊld] .

Young	beets	,	lettuce	,	and	ripe	tomatoes	may	be	eaten	by	young	and	old	.
年轻的	甜菜	,	莴苣	,	和	成熟	西红柿	可能	是	吃	经过	年轻的	和	老的	.

幼嫩的甜菜、生菜和成熟的西红柿，老少皆宜食用。

[ðeɪ] [kən'teɪn] ['juːsf(ə)l] ['mɪnərəlz] [ænd; ənd] [help] [kiːp] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪn][ə; eɪ] ['helθf(ə)l] [kən'dɪʃn] .

They	contain	useful	minerals	and	help	keep	the	body	in	a	healthful	condition	.
他们	包含	有用	矿物	和	帮助	保持	这	身体	在	一个	健康的	状况	.

它们含有有益的矿物质，有助于保持身体健康。

[ðə; ði] ['sɪərɪəls] [ɔː(r)] [greɪn] [fuːdz] . — [ðiːz] [fuːdz] [ɑː(r); ə(r)] ['iːt(ə)n] [ɪn] [ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [bred] ,

The	Cereals	or	Grain	Foods	.	—	These	foods	are	eaten	in	the	form	of	bread	,
这	谷物	或者	粮食	食物	.	—	这些	食物	是	吃	在	这	形式	的	面包	,

['əʊtmiːl] , [kɔːn] [miːl] ,

oatmeal	,	corn	meal	,
麦片	,	玉米	一顿饭	,

谷物或谷类食品——这些食品以面包、燕麦片、玉米粉等形式食用。

[raɪs] , [ænd; ənd] ['brekfəst] [fuːdz] .

rice	,	and	breakfast	foods	.
米	,	和	早餐	食物	.

米饭和早餐食品。

[ɔːl] [ɒv; əv] [ðiːz] ['fɜːnɪʃ] [mʌtʃ] ['mætə(r)] [tuː; tə] ['streŋ(k)θn] [ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [grəʊ] .

All	of	these	furnish	much	matter	to	strengthen	the	body	and	make	it	grow	.
全部	的	这些	提供	很多	事情	到	加强	这	身体	和	制作	它	生长	.

这些都能提供大量物质，强健体魄，促进身体生长。

[bred] [ænd; ənd] ['bʌtə(r)] [wɪð] [raɪs] [ɑː(r); ə(r)] ['eksələnt] [fuːdz] [fɔː(r); fə(r)] ['tʃɪldrən] .

Bread	and	butter	with	rice	are	excellent	foods	for	children	.
面包	和	黄油	和	米	是	出色的	食物	为了	孩子们	.

面包配黄油和米饭是非常适合孩子吃的食物。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] ['bɒt(ə)l] [ɒv; əv] [bɪə(r)] .

15	—	A	bottle	of	beer	.
-	—	一个	瓶子	的	啤酒	.

15——一瓶啤酒。

[ðə; ði] ['dɒtɪd] [pɑːt] [æt; ət] [ðə; ði] [tɒp] [ʃəʊz] [haʊ] [mʌtʃ] ['bɒdi] - ['bɪldɪŋ] [fuːd] [ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] .

The	dotted	part	at	the	top	shows	how	much	body	-	building	food	it	contains	.
这	虚线	部分	在	这	顶部	演出	如何	很多	身体	-	建筑	食物	它	包含	.

顶部的虚线部分显示了它所含的健美食品的量。

[fruːts] . — ['veri] [fjuː] ['piːp(ə)l] [kæn; kən] [rɪ'meɪn] [wel] [lɒŋ] [wɪ'ðaʊt] ['iːtɪŋ] [fruːt] [ɒv; əv] [sʌm; səm] [kaɪnd]

Fruits	.	—	Very	few	people	can	remain	well	long	without	eating	fruit	of	some	kind
水果	.	—	非常	很少	人们	能	保持	出色地	长的	没有	吃	水果	的	一些	种类

.

:

.

水果——很少有人能在不吃任何水果的情况下保持健康。

[raɪp] ['æplz] , [peəz] , [plʌmz] , ['piːtʃɪz] , ['beriz] , [ænd; ənd] ['tʃeriz] ['fɜːnɪʃ]

Ripe	apples	,	pears	,	plums	,	peaches	,	berries	,	and	cherries	furnish
成熟	苹果	,	梨	,	李子	,	桃子	,	浆果	,	和	樱桃	提供

成熟的苹果、梨、李子、桃子、浆果和樱桃提供了

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	34	]
[	页	-	]

[第34页]

['juːsf(ə)l] [sɔːlts; sɒlts] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] ['ɔːlsəʊ] [help] [ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] [fuːd] [tjuːb] [duː; də]

useful	salts	to	the	body	and	also	help	the	stomach	and	food	tube	do
有用	盐	到	这	身体	和	还	帮助	这	胃	和	食物	管子	做

[ðeə(r)] [wɜːk] [ɪn] [ə; eɪ] [mɔː(r)] ['helθf(ə)l] [wei] .

their	work	in	a	more	healthful	way	.
他们的	工作	在	一个	更多的	健康的	方式	.

这些盐分对身体有益，还能帮助胃和食道以更健康的方式发挥作用。

[fruːts] ['ɔːlsəʊ] [ɪn'kriːs] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] .

Fruits	**also**	**increase**	**the**	**appetite**	**.**
水果	还	增加	这	食欲	.

水果也能增进食欲。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第2/8页

[griːn] [fruːt] [ænd; ənd] [fruːt] [wɪtʃ] [ɪz] [ˌəʊvər'raɪp] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)] [biː; bi] ['iːt(ə)n] .

Green	fruit	and	fruit	which	is	overripe	should	never	be	eaten	.
绿色的	水果	和	水果	哪个	是	过熟	应该	绝不	是	吃	.

青果和过熟的水果绝对不能食用。

[egz] . — [egz] [fɔːm] [ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)] ['nɪəli] ['evribɒdi] ,

Eggs	.	—	Eggs	form	a	good	food	for	nearly	everybody	,
鸡蛋	.	—	鸡蛋	形式	一个	好的	食物	为了	几乎	大家	,

鸡蛋——鸡蛋几乎适合所有人食用。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['speʃəli] ['niːdɪd] [baɪ] [ðə; ði] [jʌŋ] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [p'ɜːsənz] [wɪð] [wiːk] ['bɒdɪz]

but	they	are	specially	needed	by	the	young	and	other	persons	with	weak	bodies
但	他们	是	特别	需要	经过	这	年轻的	和	其他	人	和	虚弱的	身体

.

:

.

但对于年轻人和其他体弱者来说，它们尤其重要。

[ðeɪ] [kæn; kən] [rɪ'peə(r)] [ðə; ði] [wɔːn] - [aʊt] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] ['ɔːlsəʊ] [help] [ˌaɪ 'tiː] [duː; də]

They	can	repair	the	worn	-	out	parts	of	the	body	and	also	help	it	do
他们	能	维修	这	磨损	-	出去	部分	的	这	身体	和	还	帮助	它	做

[ɪts] [wɜːk] .

its	work	.
它是	工作	.

它们可以修复身体磨损的部位，还可以帮助身体正常运转。

[egz] [ɑː(r); ə(r)] [məʊst] ['helθf(ə)l] [wen] ['iːt(ə)n] [rɔː] [ɔː(r)] [spft] [kʊkt] .

Eggs	are	most	healthful	when	eaten	raw	or	soft	cooked	.
鸡蛋	是	最多	健康的	什么时候	吃	生的	或者	柔软的	煮熟	.

鸡蛋生吃或半熟吃最有营养。

[ðə; ði] [best] [wei] [tuː; tə] [kʊk] [ðem; ðəm] [θruː] ['iːvnli] [ɪz] [tuː; tə] [pʊt] [ðem; ðəm] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] [ɒf] [ðə; ði]

The	best	way	to	cook	them	through	evenly	is	to	put	them	in	a	pan	off	the
这	最好的	方式	到	厨师	他们	通过	均匀地	是	到	放	他们	在	一个	平底锅	离开	这

[stəʊv] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ə'baʊt] [ə; eɪ] [kwɔːt] [ɒv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] [fɔː(r); fə(r)] ['evri] [θriː] [egz] .

stove	and	add	about	a	quart	of	boiling	water	for	every	three	eggs	.
火炉	和	添加	关于	一个	夸脱	的	沸腾	水	为了	每一个	三	鸡蛋	.

要使鸡蛋均匀煮熟，最好的方法是将鸡蛋放在炉子外的平底锅中，每三个鸡蛋加入约一夸脱沸水。

['kʌvə(r)] [ænd; ənd] [let] [ðem; ðəm] [kʊk] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .

Cover	and	let	them	cook	fifteen	minutes	.
覆盖	和	让	他们	厨师	十五	分钟	.

盖上盖子，煮十五分钟。

[egz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [ɪn] [ə; eɪ] [kəʊld] [ruːm] [ɔː(r)] ['selə(r)] [ʌn'tɪl] [juːst] .

Eggs	should	be	kept	in	a	cold	room	or	cellar	until	used	.
鸡蛋	应该	是	保留	在	一个	寒冷的	房间	或者	地窖	直到	用过的	.

鸡蛋应存放在冷藏室或地窖中，直至使用。

[ðeɪ] [bɪ'kʌm] [steɪl] [ɪn] [les] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [wiːk] [wen] [left] [ɪn] [ə; eɪ] [wɔːm] ['lɪvɪŋ] [ruːm] [ænd; ənd]

They	become	stale	in	less	than	a	week	when	left	in	a	warm	living	room	and
他们	变得	陈旧	在	较少的	比	一个	星期	什么时候	左边	在	一个	温暖的	活的	房间	和

[meɪ] [get] [ə; eɪ] [bæd] [teɪst] [wen] ['əʊnli] [θriː] [ɔː(r)] [fɔː(r)] [deɪz] [əʊld] .

may	get	a	bad	taste	when	only	three	or	four	days	old	.
可能	得到	一个	坏的	品尝	什么时候	仅有的	三	或者	四	天	老的	.

如果放在温暖的客厅里，不到一周就会变质，而且放三四天就会变质。

[sɔːlt] , ['pepə(r)] , [ænd; ənd]['vɪnɪgə(r)] . — ['iːtɪŋ] [mʌtʃ] [sɔːlt][ɪz]['hɑːmf(ə)l] .

Salt	,	Pepper	,	and	Vinegar	.	—	Eating	much	salt	is	harmful	.
盐	,	胡椒	,	和	醋	.	—	吃	很多	盐	是	有害	.

盐、胡椒和醋——摄入过多的盐是有害的。

[ə; eɪ] [smɔːl] ['kwɒntəti] [ɒv; əv][sɔːlt][ænd; ənd] ['pepə(r)] [ɪn'kriːsɪz; 'ɪŋkriːsɪz][ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [ænd; ənd] [meɪks]

A	small	quantity	of	salt	and	pepper	increases	the	appetite	and	makes
一个	小的	数量	的	盐	和	胡椒	增加	这	食欲	和	制作

[ðə; ði] ['stʌmək] [duː; də][ɪts] [wɜːk] ['betə(r)] .

the	stomach	do	its	work	better	.
这	胃	做	它是	工作	更好的	.

少量的盐和胡椒粉可以增进食欲，使胃更好地工作。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [juːz] ['veri] ['lɪt(ə)l] ['pepə(r)] [ænd; ənd]['ɔːlməʊst][nəʊ]['vɪnɪgə(r)][ænd; ənd] ['mʌstəd] .

Children	should	use	very	little	pepper	and	almost	no	vinegar	and	mustard	.
孩子们	应该	使用	非常	小的	胡椒	和	几乎	不	醋	和	芥末	.

儿童应该少放胡椒粉，几乎不放醋和芥末。

[tə'bækəʊ] . — [sʌm; səm] ['piːp(ə)l] [θɪŋk] [tə'bækəʊ][ɪz][ə; eɪ] [fuːd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm]

Tobacco	.	—	Some	people	think	tobacco	is	a	food	because	it	is	made	from
烟草	.	—	一些	人们	思考	烟草	是	一个	食物	因为	它	是	制成	从

[ðə; ði] [liːvz] [ɒv; əv][ə; eɪ][plɑːnt] .

the	leaves	of	a	plant	.
这	树叶	的	一个	植物	.

烟草——有些人认为烟草是食物，因为它是由植物的叶子制成的。

['ʌðə(r)] ['piːp(ə)l] [θɪŋk] [tə'bækəʊ][ɪz][ə; eɪ] [fuːd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [fiːl] ['hʌŋgri] ['ɑːftə(r)]

Other	people	think	tobacco	is	a	food	because	they	do	not	feel	hungry	after
其他	人们	思考	烟草	是	一个	食物	因为	他们	做	不是	感觉	饥饿的	后

['sməʊkɪŋ] [ɔː(r)] ['tʃuːɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] .

smoking	or	chewing	it	.
吸烟	或者	咀嚼	它	.

有些人认为烟草是食物，因为他们在吸食或咀嚼烟草后不会感到饥饿。

[ðə; ði] [truːθ]

The	truth
这	真相

真相

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	35	]
[	页	-	]

[第35页]

[ɪz] [ðæt] [tə'bækəʊ][ɪz][ɒv; əv][nəʊ][juːz][tuː; tə][ðə; ði] ['bɒdi] [æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] [ænd; ənd] [meɪ] [duː; də][ˌaɪ 'tiː]

is	that	tobacco	is	of	no	use	to	the	body	as	a	food	and	may	do	it
是	那	烟草	是	的	不	使用	到	这	身体	作为	一个	食物	和	可能	做	它

[mʌtʃ] [hɑːm] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n][ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] .

much	harm	because	of	the	poison	it	contains	.
很多	伤害	因为	的	这	毒	它	包含	.

烟草作为食物对身体没有任何益处，而且由于含有毒素，可能会对身体造成很大的伤害。

[tə'bækəʊ] ['sætɪsfaɪz]['hʌŋgə(r)] ['sʌmwɒt] [baɪ] ['dednɪŋ] [ðə; ði] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ðæt] [ɑː(r); ə(r)]

Tobacco	satisfies	hunger	somewhat	by	deadening	the	parts	of	the	body	that	are
烟草	满足	饥饿	有些	经过	麻木	这	部分	的	这	身体	那	是

['kɔːlɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] .

calling	for	food	.
呼叫	为了	食物	.

烟草通过麻痹身体中发出进食信号的部分，在一定程度上满足饥饿感。

[bɪə(r)] . — [ðə; ðɪ]['pi:p(ə)l] [hu:] [meɪk] [bɪə(r)][ænd; ənd] [sel] [ˌaɪ 'ti:] [seɪ] [ðæt] [ˌaɪ 'ti:][ɪz][ə; eɪ] [fu:d] .

Beer	**.**	**—**	**The**	**people**	**who**	**make**	**beer**	**and**	**sell**	**it**	**say**	**that**	**it**	**is**	**a**	**food**	**.**
啤酒	.	—	这	人们	WHO	制作	啤酒	和	卖	它	说	那	它	是	一个	食物	.

啤酒——酿造和销售啤酒的人说，啤酒是一种食品。

[men] [hu:] [hæv; həv][nəʊ] ['ɪntrəst] [ɪn] ['selɪŋ] [bɪə(r)] ,

Men	**who**	**have**	**no**	**interest**	**in**	**selling**	**beer**	**,**
男人	WHO	有	不	兴趣	在	销售	啤酒	,

对卖啤酒没有兴趣的男人们

[ænd; ənd][hæv; həv] [ɪk'sperɪmentɪd] [wɪð] [ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][faɪnd] [aʊt] ['weðə(r)] [ˌaɪ 'ti:] ['streŋθnz] [ðə; ðɪ] ['bɒdi]

and	**have**	**experimented**	**with**	**it**	**to**	**find**	**out**	**whether**	**it**	**strengthens**	**the**	**body**
和	有	实验	和	它	到	寻找	出去	无论	它	加强	这	身体

,

,

,

并进行了实验，以了解它是否能强身健体。

[seɪ] [ðæt] [bɪə(r)] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)][bi:; bi] [ju:st] [æz; əz][ə; eɪ] [fu:d] .

say	**that**	**beer**	**should**	**never**	**be**	**used**	**as**	**a**	**food**	**.**
说	那	啤酒	应该	绝不	是	用过的	作为	一个	食物	.

有人说啤酒绝对不能当食物吃。

[ˌaɪ 'ti:]['ɒf(ə)n] [tend] [tu:; tə] ['wi:kən] [ðə; ðɪ] ['bɒdi] .

It	**often**	**tends**	**to**	**weaken**	**the**	**body**	**.**
它	经常	倾向于	到	削弱	这	身体	.

它往往会削弱身体机能。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)][ju:z][bɪə(r)][æt; ət] ['eni] [taɪm] ,

Children	**should**	**never**	**use**	**beer**	**at**	**any**	**time**	**,**
孩子们	应该	绝不	使用	啤酒	在	任何	时间	,

儿童任何时候都不应该饮用啤酒。

[ænd; ənd]['əʊldə] ['pi:p(ə)l] [kæn; kən] ['sʌmtaɪmz] [ə'vɔɪd] [dɪ'zi:z] [baɪ] ['letɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] [ə'ləʊn] .

and	**older**	**people**	**can**	**sometimes**	**avoid**	**disease**	**by**	**letting**	**it**	**alone**	**.**
和	老	人们	能	有时	避免	疾病	经过	出租	它	独自的	.

老年人有时可以通过顺其自然来避免患病。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wɪtʃ] [ɑ:(r); ə(r)][ðə; ðɪ] [best] [mi:ts] [fɔ:(r); fə(r)] [fu:d] ? [ˌtu:'tu:] .

Which	**are**	**the**	**best**	**meats**	**for**	**food**	**?**	**2**	**.**
哪个	是	这	最好的	肉类	为了	食物	?	2	.

哪些肉类最适合食用？2.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wi:; wɪ] [nɒt] [i:t] [mi:t] [æt; ət] ['evri] [mi:l] ? [θri:] .

Why	**should**	**we**	**not**	**eat**	**meat**	**at**	**every**	**meal**	**?**	**3**	**.**
为什么	应该	我们	不是	吃	肉	在	每一个	一顿饭	?	3	.

为什么我们不能每餐都吃肉？3.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [mi:t] [bi:; bi] [kʊkt] [tu:; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'ti:][məʊst]['tendə(r)] ? [fɔ:r] .

How	**should**	**meat**	**be**	**cooked**	**to**	**make**	**it**	**most**	**tender**	**?**	**4**	**.**
如何	应该	肉	是	煮熟	到	制作	它	最多	投标	?	4	.

4. 怎样烹饪肉才能使其最嫩?

[haʊ] [ɪz] [su:p] [ɔ:(r)] [brɒθ] [meɪd] ? [faɪv] .

How	**is**	**soup**	**or**	**broth**	**made**	**?**	**5**	**.**
如何	是	汤	或者	肉汤	制成	?	5	.

汤或肉汤是如何制作的？5.

[neɪm] [ðə; ði] [best] ['vedʒtəb(ə)lz] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] . [sɪks] .

Name	**the**	**best**	**vegetables**	**for**	**food**	**.**	**6**	**.**
姓名	这	最好的	蔬菜	为了	食物	.	6	.

列举6种最适合食用的蔬菜。

[neɪm] [sʌm; səm] [gʊd] [greɪn] [fuːdz] . ['sɛvən] .

Name	**some**	**good**	**grain**	**foods**	**.**	**7**	**.**
姓名	一些	好的	粮食	食物	.	7	.

请列举一些优质的谷物食品。7.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz] [ɑː(r); ə(r)] [fruːts] ? [eit] .

Of	**what**	**use**	**are**	**fruits**	**?**	**8**	**.**
的	什么	使用	是	水果	?	8	.

水果有什么用？8.

[wɒt] [kæn; kən] [juː; jʊ] [seɪ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [egz] ? [naɪn] .

What	**can**	**you**	**say**	**of**	**the**	**use**	**of**	**eggs**	**?**	**9**	**.**
什么	能	你	说	的	这	使用	的	鸡蛋	?	9	.

关于鸡蛋的用途，您有什么看法？9.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [egz] [biː; bi] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)] ? - .

How	**should**	**eggs**	**be**	**cared**	**for**	**?**	**10**	**.**
如何	应该	鸡蛋	是	关心	为了	?	-	.

鸡蛋应该如何保养？10.

[wɒt] [kæn; kən] [juː; jʊ] [seɪ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepə(r)] ? - .

What	**can**	**you**	**say**	**of**	**the**	**use**	**of**	**salt**	**and**	**pepper**	**?**	**11**	**.**
什么	能	你	说	的	这	使用	的	盐	和	胡椒	?	-	.

关于盐和胡椒的用途，您有什么看法？11.

[waɪ] [dʌz] [tə'bækəʊ] ['sætɪsfaɪ] ['hʌŋgə(r)] ? - .

Why	**does**	**tobacco**	**satisfy**	**hunger**	**?**	**12**	**.**
为什么	做	烟草	满足	饥饿	?	-	.

为什么烟草能满足饥饿感？12.

[ɒv; əv] [wɒt] ['vælju:] [ɪz] [bɪə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] ?

Of	**what**	**value**	**is**	**beer**	**for**	**food**	**?**
的	什么	价值	是	啤酒	为了	食物	?

啤酒作为食物有什么价值?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**36**	**]**
[	页	-	]

[第36页]

['tʃæptə(r)] [viː]

CHAPTER	**V**
章	V

第五章

[haʊ] [plɑːnts] ['saʊə(r)] [ɔː(r)] [spɔɪl] [fuːd]

HOW	**PLANTS**	**SOUR**	**OR**	**SPOIL**	**FOOD**
如何	植物	酸的	或者	剧透	食物

植物如何使食物变酸或腐烂

[dʒɜːrmz] , ['maɪˌkroʊbz] ,

Germs	**,**	**Microbes**	**,**
细菌	,	微生物	,

细菌、微生物、

[ɔː(r)][bæk'tɪəriə] . — [ðə; ði] [dʌst] [ænd; ənd][dɜːt][ɒv; əv][ɔːl][sɔːrts] [kən'teɪn] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv]['taɪni][plɑːnts]

or	Bacteria	.	—	The	dust	and	dirt	of	all	sorts	contain	thousands	of	tiny	plants
或者	细菌	.	—	这	灰尘	和	污垢	的	全部	排序	包含	数千	的	微小的	植物

[tuː] [smɔːl] [tuː; tə][biː; bi] [siːn] [baɪ][ðə; ði] [aɪ] [wɪ'ðaʊt] [help] .

too	small	to	be	seen	by	the	eye	without	help	.
也	小的	到	是	已见	经过	这	眼睛	没有	帮助	.

或者细菌。——各种灰尘和污垢中含有成千上万的微小植物，肉眼无法直接看到。

[æn; ən] ['ɪnstrəmənt] [kɔːld] [ə; eɪ]['maɪkrəskəʊp] [meɪks] [ðem; ðəm] [ə'pɪə(r)] [səʊ] [lɑːdʒ] [ðæt] [ðeə(r)] [fɔːm]

An	instrument	called	a	microscope	makes	them	appear	so	large	that	their	form
一个	乐器	称为	一个	显微镜	制作	他们	出现	所以	大的	那	他们的	形式

[ænd; ənd] [grəʊθ] [ɑː(r); ə(r)] ['iːzəli] ['stʌdid] .

and	growth	are	easily	studied	.
和	生长	是	容易地	研究	.

显微镜这种仪器能使它们看起来非常大，从而可以很容易地研究它们的形状和生长情况。

[ðiːz] ['lɪt(ə)l][plɑːnts][ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] [dʒɜːrmz][ɔː(r)]['maɪˌkroʊbz] .

These	little	plants	are	called	germs	or	microbes	.
这些	小的	植物	是	称为	细菌	或者	微生物	.

这些微小的植物被称为细菌或微生物。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ] [nemd] [bæk'tɪəriə] .

They	are	also	named	bacteria	.
他们	是	还	命名	细菌	.

它们也被称为细菌。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][səʊ] [smɔːl] [ðæt] [ə; eɪ] ['mɪljən] [leɪd] [saɪd][baɪ][saɪd] [wʊd] [nɒt]['kʌvə(r)][ðə; ði] [hed] [ɒv; əv]

They	are	so	small	that	a	million	laid	side	by	side	would	not	cover	the	head	of
他们	是	所以	小的	那	一个	百万	铺设	边	经过	边	会	不是	覆盖	这	头	的

[ə; eɪ][pɪn] .

a	pin	.
一个	别针	.

它们非常小，即使一百万个并排摆放，也盖不住一根针的头。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [bæk'tɪəriə][ɔː(r)]['maɪˌkroʊbz] [faʊnd] [ɪn]['wɔːtə(r)] , [dʌst] , [ænd; ənd] [weɪst] .

16	—	Bacteria	or	microbes	found	in	water	,	dust	,	and	waste	.
-	—	细菌	或者	微生物	成立	在	水	,	灰尘	,	和	浪费	.

16 —存在于水、灰尘和废物中的细菌或微生物。

[ðeɪ] [help] [tʃeɪndʒ] [strɔː] [ænd; ənd]['ʌðə(r)] [ded] ['mætə(r)]['ɪntuː] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)][plɑːnts] .

They	help	change	straw	and	other	dead	matter	into	food	for	plants	.
他们	帮助	改变	稻草	和	其他	死的	事情	进入	食物	为了	植物	.

它们有助于将稻草和其他枯死物质转化为植物的养分。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['hʌndrədz] [ɒv; əv] ['dɪfrənt] [kaɪndz][ɒv; əv][dʒɜːrmz] .

There	are	hundreds	of	different	kinds	of	germs	.
那里	是	数百	的	不同的	种类	的	细菌	.

细菌种类繁多，数以百计。

[sʌm; səm][ɑː(r); ə(r)] [raʊnd] [laɪk] ['lɪt(ə)l] [bɔːlz] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)z] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [ʃeɪp] [ɒv; əv]['taɪni][rɒdz] .

Some	are	round	like	little	balls	and	others	are	the	shape	of	tiny	rods	.
一些	是	圆形的	喜欢	小的	球	和	其他的	是	这	形状	的	微小的	杆	.

有些呈圆形，像小球一样；有些呈细棒状。

['meni] [ɒv; əv][ðem; ðəm] [wɪtʃ] [lʊk] [dʒʌst]
Many of them which look just
许多 的 他们 哪个 看 只是

它们中的许多看起来就像

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 37]
[页 -]

[第37页]

[ə'laɪk] [ækt] ['veri] ['dɪfrənt] [ɪn] ['grəʊɪŋ] .
alike act very different in growing .
同样 行为 非常 不同的 在 生长 .

相似的物种在生长过程中表现截然不同。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən] ['twenti] ['dɪfrənt] [kaɪndz] [ðæt] [grəʊ] [ɪn]['aʊə(r)] ['bɒdɪz] [ænd; ənd] [kɔːz]
There are more than twenty different kinds that grow in our bodies and cause
那里 是 更多的 比 二十 不同的 种类 那 生长 在 我们的 身体 和 原因
[dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə] ,
diphtheria ,
白喉 ,

人体内生长并引起白喉的细菌种类超过二十种。

[tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] , [ænd; ənd]['ʌðə(r)] [dɪ'ziːzɪz] .
tuberculosis , and other diseases .
结核 , 和 其他 疾病 .

肺结核及其他疾病。

[wiː; wi][hæv; həv] ['miːz(ə)lz] [ænd; ənd] ['skɑːlət] ['fiːvə(r)][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][hæv; həv] ['gɒtn] [ðiːz] [dɪ'ziːz]
We have measles and scarlet fever because we have gotten these disease
我们 有 麻疹 和 猩红 发烧 因为 我们 有 获得 这些 疾病
[dʒɜːrmz][frɒm; frəm][sʌm; səm][wʌn] [els] [ɪn] [huːm] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] ['grəʊɪŋ] .
germs from some one else in whom they were growing .
细菌 从 一些 一 别的 在 谁 他们 是 生长 .

我们得了麻疹和猩红热，是因为我们从别人身上感染了这些致病细菌，这些细菌在别人体内滋生。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [məʊld] [wɪtʃ] [gruː] [ɒn] [mɔɪst] [bred] [ɪn] [tuː] [deɪz] .
17 — Mold which grew on moist bread in two days .
- — 模具 哪个 生长 在 潮湿 面包 在 二 天 .

17 —两天内，潮湿面包上长出了霉菌。

[faɪv] , [siːd] ['bɒdɪz] ['breɪkɪŋ] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [sæk] ; [wʌn] , [ˌtuː'tuː] , [ænd; ənd][fɔːr] ,
5 , seed bodies breaking out of the sack ; 1 , 2 , and 4 ,
5 , 种子 身体 打破 出去 的 这 解雇 ; 1 , 2 , 和 4 ,

5、种子体从种囊中破出；1、2和4、

[wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] [siːd] ['bɒdɪz] ['ɑːftə(r)][wʌn] , [tuː] , [ænd; ənd][fɔː(r)] ['aʊəz] - [grəʊθ] .
one of the seed bodies after one , two , and four hours ' growth .
一 的 这 种子 身体 后 一 , 二 , 和 四 小时 - 生长 .

种子体在生长一小时、两小时和四小时后的图像。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .
Much enlarged .
很多 放大 .

尺寸大幅增大。

[məʊst][dʒɜːrmz] [fiːd] [ɒn] [ded] ['mætə(r)] [ɪn'sted] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['lɪvɪŋ] ['bɒdɪz] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [melt]

Most	germs	feed	on	dead	matter	instead	of	our	living	bodies	and	make	it	melt
最多	细菌	喂养	在	死的	事情	反而	的	我们的	活的	身体	和	制作	它	熔化

[ə'weɪ] [ɔː(r)] [tʃeɪndʒ] ['ɪntuː] [ə'nʌðə(r)] [fɔːm] .

away	or	change	into	another	form	.
离开	或者	改变	进入	其他	形式	.

大多数细菌以死亡的有机物为食，而不是以我们的活体为食，它们会使有机物分解或变成另一种形式。

[æn; ən]['æp(ə)l][ɔː(r)][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [miːt] [θrəʊn] [aʊt] [ɒn][ðə; ði] [graʊnd] [wɪl] [suːn] [tʃeɪndʒ] [ænd; ənd]

An	apple	or	a	piece	of	meat	thrown	out	on	the	ground	will	soon	change	and
一个	苹果	或者	一个	片	的	肉	抛掷	出去	在	这	地面	将要	很快	改变	和

[bɪ'kʌm] [laɪk] [ðə; ði] [ɜːθ] [ɒn] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː] [laɪz] .

become	like	the	earth	on	which	it	lies	.
变得	喜欢	这	地球	在	哪个	它	谎言	.

扔在地上的苹果或肉块很快就会改变，变得和它所处的泥土一样。

[ðə; ði] [tʃeɪndʒ] , [kɔːld] [dɪ'keɪ] , [ɪz] [kɔːzd] [baɪ] [m'ɪliənz] [ɒv; əv][dʒɜːrmz] .

The	change	,	called	decay	,	is	caused	by	millions	of	germs	.
这	改变	,	称为	衰变	,	是	导致	经过	百万	的	细菌	.

这种被称为腐烂的变化是由数百万细菌引起的。

[ðə; ði] ['fɑːrmərz] [best] [frendz] [ɑː(r); ə(r)] ['sɜːt(ə)n] [dʒɜːrmz] [wɪtʃ] [help] [meɪk] [ðə; ði] [graʊnd] [rɪtʃ] ,

The	farmer's	best	friends	are	certain	germs	which	help	make	the	ground	rich	,
这	农民的	最好的	朋友们	是	肯定	细菌	哪个	帮助	制作	这	地面	富有的	,

农民最好的朋友是某些能帮助土壤变得肥沃的细菌。

[səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [krɒps] [wɪl] [grəʊ] .

so	that	the	crops	will	grow	.
所以	那	这	农作物	将要	生长	.

这样庄稼才能生长。

[məʊld] . — [ðə; ði] [dʌst] [reɪzd] [ɪn] ['swiːpɪŋ] [kən'teɪnz] ['taɪni] ['lɪvɪŋ] ['siːdˌlaɪk] ['bɒdɪz] .

Mold	.	—	The	dust	raised	in	sweeping	contains	tiny	living	seedlike	bodies	.
模具	.	—	这	灰尘	提高	在	扫荡	包含	微小的	活的	种子状	身体	.

霉菌——清扫时扬起的灰尘中含有微小的活体种子状生物。

[ɪf] [ðiːz] [fɔːl] [ɒn] [bred] , [tʃiːz] , [ɔː(r)] [fruːt] ,

If	these	fall	on	bread	,	cheese	,	or	fruit	,
如果	这些	落下	在	面包	,	奶酪	,	或者	水果	,

如果这些粉末落在面包、奶酪或水果上，

[ænd; ənd] [ðɪs] [fuːd] [ɪz] ['ɑːftəwəd] [kept] [mɔɪst] [ɪn][ə; eɪ] [wɔːm] [ruːm] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [deɪ] [ɔː(r)] [tuː] ,

and	this	food	is	afterward	kept	moist	in	a	warm	room	for	a	day	or	two	,
和	这	食物	是	之后	保留	潮湿	在	一个	温暖的	房间	为了	一个	天	或者	二	,

然后将这种食物放在温暖的房间里保持湿润一两天。

[ðeɪ] [wɪl] [grəʊ] ['ɪntuː] ['greɪɪʃ] ['flʌfi] [spɒts] .

they	will	grow	into	grayish	fluffy	spots	.
他们	将要	生长	进入	灰蒙蒙的	蓬松的	地点	.

它们会逐渐长成灰白色的绒毛状斑点。

[ðiːz] [spɒts] [ɑː(r); ə(r)][məʊld] .

These	spots	are	mold	.
这些	地点	是	模具	.

这些斑点是霉菌。

[ðə; ði] ['griːnɪʃ] [waɪt] [grəʊθ] [ɒn][ðə; ði][tɒp][ɒv; əv][sʌm; səm] [kænd]

The	greenish	white	growth	on	the	top	of	some	canned
这	绿绿色	白色的	生长	在	这	顶部	的	一些	罐装

罐头顶部的绿白色霉菌

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 38]
[页 -]

[第38页]

[fruːt] [ænd; ənd] [ɒn] ['beriz] [left] [ɪn] [ðə; ði] [wɔːm] ['kɪtʃɪn] ['əʊvə(r)] [naɪt] [ɪz] ['ɔːlsəʊ] [məʊld] .

fruit	and	on	berries	left	in	the	warm	kitchen	over	night	is	also	mold	.
水果	和	在	浆果	左边	在	这	温暖的	厨房	超过	夜晚	是	还	模具	.

水果和浆果在温暖的厨房里过夜后也会发霉。

[məʊld] [ɪz] [ə; eɪ] [plɑːnt] [wɪtʃ] [grəuz] [frɒm; frəm] ['taɪni] [raʊnd] ['bɒdɪz] ['æktɪŋ] [laɪk] [siːdz] ([fɪg] . -) .

Mold	is	a	plant	which	grows	from	tiny	round	bodies	acting	like	seeds	(	Fig	.	17	)	.
模具	是	一个	植物	哪个	生长	从	微小的	圆形的	身体	表演	喜欢	种子	(	如图	.	-	)	.

霉菌是一种植物，它从像种子一样的微小圆形体中生长出来（图 17）。

[ðiːz] [siːd] ['bɒdɪz] [ɒv; əv] [məʊld] [ɑː(r); ə(r)] ['kɒmən] [ɪn] [ɔːl] [dʌst] [ænd; ənd] ['ɒf(ə)n] [flaɪ] [θruː] [ðə; ði]

These	seed	bodies	of	mold	are	common	in	all	dust	and	often	fly	through	the
这些	种子	身体	的	模具	是	常见的	在	全部	灰尘	和	经常	飞	通过	这

[eə(r)] .

air	.
空气	.

这些霉菌的种子体在各种灰尘中都很常见，并且经常随空气传播。

[ɒn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [fuːd] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] ['kʌvəd] [wen] ['pɒsəb(ə)l] [ænd; ənd] [ɪ'speʃəli] [wen] [wʌn]

On	this	account	food	should	be	kept	covered	when	possible	and	especially	when	one
在	这	帐户	食物	应该	是	保留	涵盖	什么时候	可能的	和	尤其	什么时候	一

[ɪz] ['swiːpɪŋ] .

is	sweeping	.
是	扫荡	.

因此，食物应尽可能盖好，尤其是在扫地的时候。

[sʌm; səm] [məʊld] [gɪvz] [bred] , [tʃiːz] , [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [fuːd] [ə; eɪ] [bæd] [teɪst] ,

Some	mold	gives	bread	,	cheese	,	and	other	food	a	bad	taste	,
一些	模具	给予	面包	,	奶酪	,	和	其他	食物	一个	坏的	品尝	,

有些霉菌会使面包、奶酪和其他食物产生难闻的味道。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɒt] [meɪk] [wʌn] [sɪk] .

but	it	will	not	make	one	sick	.
但	它	将要	不是	制作	一	生病的	.

但它不会让人生病。

[haʊ] [dʒɜːrmz] [grəʊ] . — [dʒɜːrmz] [wɪl] [nɒt] [grəʊ] [weə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['veri] [kəʊld] ,

How	Germs	Grow	.	—	Germs	will	not	grow	where	it	is	very	cold	,
如何	细菌	生长	.	—	细菌	将要	不是	生长	在哪里	它	是	非常	寒冷的	,

细菌的生长方式——细菌在非常寒冷的环境下无法生长。

[bʌt; bət] ['friːzɪŋ] [ðə; ði] [dʒɜːrmz] [dʌz] [nɒt] [kɪl] [ðem; ðəm] .

but	freezing	the	germs	does	not	kill	them	.
但	冷冻	这	细菌	做	不是	杀	他们	.

但是冷冻并不能杀死细菌。

['bɔɪlɪŋ] [wʌn] ['mɪnɪt] [kɪlz] [məʊst] [dʒɜːrmz] .

Boiling	one	minute	kills	most	germs	.
沸腾	一	分钟	杀戮	最多	细菌	.

煮沸一分钟即可杀死大部分细菌。

['draɪɪŋ] [wɪl] [stɒp] [ðə; ði] [dʒɜːrmz] [frɒm; frəm] ['grəʊɪŋ] , [bʌt; bət] [wɪl] [nɒt] [kɪl] [ɔːl] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] .

Drying	will	stop	the	germs	from	growing	,	but	will	not	kill	all	of	them	.
烘干	将要	停止	这	细菌	从	生长	,	但	将要	不是	杀	全部	的	他们	.

干燥可以阻止细菌生长，但不能杀死所有细菌。

['sʌnlaɪt] [kɪlz] ['meni] [ɒv; əv][ðem; ðəm] .

Sunlight	**kills**	**many**	**of**	**them**	**.**
阳光	杀戮	许多	的	他们	.

阳光会杀死它们中的很多。

['mɔɪstʃə(r)] [ænd; ənd] [wɔːmθ] [meɪk] [dʒɜːrmz] [grəʊ] ['ræpɪdli] .

Moisture	**and**	**warmth**	**make**	**germs**	**grow**	**rapidly**	**.**
水分	和	温暖	制作	细菌	生长	快速	.

潮湿温暖的环境有利于细菌快速繁殖。

[ə; eɪ][dʒɜːm][ɪn] ['grəʊɪŋ] ['leŋθən] [aʊt] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ænd; ənd] [ðen] [di'vaid] [ɪn][ðə; ði] ['mɪd(ə)l] .

A	**germ**	**in**	**growing**	**lengthens**	**out**	**a**	**little**	**and**	**then**	**divides**	**in**	**the**	**middle**	**.**
一个	细菌	在	生长	延长	出去	一个	小的	和	然后	分割	在	这	中间	.

正在生长的胚芽会稍微伸长，然后从中间分裂。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [səʊ] ['kwɪkli] [ðæt] [wʌn][dʒɜːm] [meɪ] [bɪ'kʌm] [tuː] [ɪn] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] .

It	**does**	**this**	**so**	**quickly**	**that**	**one**	**germ**	**may**	**become**	**two**	**in**	**fifteen**	**minutes**	**.**
它	做	这	所以	迅速地	那	一	细菌	可能	变得	二	在	十五	分钟	.

这个过程非常迅速，一个细菌可能在十五分钟内变成两个。

[iːtʃ] [ɒv; əv] [ðiːz] [wɪl] [ðen] [dɪ'vaɪd] .

Each	**of**	**these**	**will**	**then**	**divide**	**.**
每个	的	这些	将要	然后	划分	.

然后它们各自会分裂。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [wʌn][dʒɜːm][kæn; kən] [meɪk] ['meni] ['mɪljən] [dʒɜːrmz][ɪn][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [deɪ] ([fɪg] . -) .

In	**this**	**way**	**one**	**germ**	**can**	**make**	**many**	**million**	**germs**	**in**	**a**	**single**	**day**	**(**	**Fig**	**.**	**18**	**)**	**.**
在	这	方式	一	细菌	能	制作	许多	百万	细菌	在	一个	单身的	天	(	如图	.	-	)	.

这样，一个细菌一天之内就能产生数百万个细菌（图 18）。

[ðə; ði] ['spɔɪlɪŋ] [ɒv; əv] [miːt] . — [freʃ] [miːt] [wɪl] [nɒt] [rɪ'meɪn] [gʊd] ['iːv(ə)n][wʌn] [deɪ] [ɪf] [left] [ɪn][ə; eɪ]

The	**Spoiling**	**of**	**Meat**	**.**	**—**	**Fresh**	**meat**	**will**	**not**	**remain**	**good**	**even**	**one**	**day**	**if**	**left**	**in**	**a**
这	破坏	的	肉	.	—	新鲜的	肉	将要	不是	保持	好的	甚至	一	天	如果	左边	在	一个

[wɔːm] [pleɪs] .

warm	**place**	**.**
温暖的	地方	.

肉类腐败——新鲜肉类即使放在温暖的地方一天也会变质。

[ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['griːnɪʃ] [bluː] [flai] [siːn] ['bʌzɪŋ] [ə'baʊt] [ɪn] [wɔːm] ['weðə(r)] [wɪl] ['sʌmtaɪmz] [leɪ] [ɪts] [egz]

A	**large**	**greenish**	**blue**	**fly**	**seen**	**buzzing**	**about**	**in**	**warm**	**weather**	**will**	**sometimes**	**lay**	**its**	**eggs**
一个	大的	绿绿色	蓝色的	飞	已见	嗡嗡声	关于	在	温暖的	天气	将要	有时	躺	它是	鸡蛋

[ɒn] [miːt] .

on	**meat**	**.**
在	肉	.

天气温暖时，一种体型较大的蓝绿色苍蝇会嗡嗡地飞来飞去，有时会在肉上产卵。

[ðiːz] [wɪl] [hætʃ] [ðə; ði][nekst] [deɪ] ['ɪntuː]['lɪt(ə)l] [wərmz] , [kɔːld] ['mægəts] .

These	**will**	**hatch**	**the**	**next**	**day**	**into**	**little**	**worms**	**,**	**called**	**maggots**	**.**
这些	将要	孵化	这	下一个	天	进入	小的	蠕虫	,	称为	蛆	.

这些幼虫第二天就会孵化成小虫，叫做蛆。

[ðeɪ] [grəʊ] ['ræpɪdli] [ænd; ənd][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] ['leɪtə(r)] [tʃeɪndʒ] ['ɪntuː] [flaɪz] .

They	**grow**	**rapidly**	**and**	**a**	**few**	**days**	**later**	**change**	**into**	**flies**	**.**
他们	生长	快速	和	一个	很少	天	之后	改变	进入	苍蝇	.

它们生长迅速，几天后变成苍蝇。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — ['drɔːɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði][dʒɜːm][æt; ət][ðə; ði][tɒp] ['evri] [ten] ['mɪnɪts] ,

18	—	Drawing	of	the	germ	at	the	top	every	ten	minutes	,
-	—	绘画	的	这	细菌	在	这	顶部	每一个	十	分钟	,

18——每隔十分钟在顶部画出菌落的形态，

['ʃəʊɪŋ] [haʊ] [ˌaɪ 'tiː] [gruː] ['ɪntuː] [tuː] [dʒɜːrmz][ɪn][ə; eɪ][hɑːf]['aʊə(r)] .

showing	how	it	grew	into	two	germs	in	a	half	hour	.
显示	如何	它	生长	进入	二	细菌	在	一个	一半	小时	.

展示了它在半小时内如何发展成两个细菌。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[dʒɜːrmz] [wɪl] ['ɔːlsəʊ] [spɔɪl] [miːt] [nɒt] [kept] [kəʊld] .

Germs	will	also	spoil	meat	not	kept	cold	.
细菌	将要	还	剧透	肉	不是	保留	寒冷的	.

细菌也会使未冷藏的肉类变质。

[ðeɪ]

They
他们

他们

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	39	]
[	页	-	]

[第39页]

[fiːd] [ɒn][ðə; ði] [miːt] [ænd; ənd] [gɪv] [ɒf] [ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n] , ['meɪkɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ʌn'fɪt] [tuː; tə] [iːt] .

feed	on	the	meat	and	give	off	a	poison	,	making	it	unfit	to	eat	.
喂养	在	这	肉	和	给	离开	一个	毒	,	制作	它	不合格	到	吃	.

以这种肉为食后会释放毒素，使之无法食用。

[ðə; ði][bæd]['əʊdə(r)] [telz] [wen] [ðə; ði][dʒɜːrmz][ɑː(r); ə(r)][æt; ət] [wɜːk] .

The	bad	odor	tells	when	the	germs	are	at	work	.
这	坏的	气味	讲述	什么时候	这	细菌	是	在	工作	.

难闻的气味表明细菌正在滋生。

['evri] [həʊm] [ʃʊd; ʃəd][hæv; həv][ə; eɪ][kəʊld]['selə(r)][ɔː(r)][æn; ən][aɪs][bɒks][tuː; tə] [kiːp] [fuːd] [frɒm; frəm]

Every	home	should	have	a	cold	cellar	or	an	ice	box	to	keep	food	from
每一个	家	应该	有	一个	寒冷的	地窖	或者	一个	冰	盒子	到	保持	食物	从

['spɔɪlɪŋ] .

spoiling	.
破坏	.

每个家庭都应该有一个冷藏室或冰柜，以防止食物变质。

['seɪvɪŋ] [fuːd] [frɒm; frəm] ['saʊərɪŋ] . — [ðə; ði] ['saʊərɪŋ] [ɒv; əv] [mɪlk] [ænd; ənd][ɒv; əv] [kʊkt] [fuːd] [ɒv; əv]

Saving	Food	from	Souring	.	—	The	souring	of	milk	and	of	cooked	food	of
保存	食物	从	酸	.	—	这	酸	的	牛奶	和	的	煮熟	食物	的

['eni] [kaɪnd][ɪz] [djuː] [tuː; tə][ðə; ði][dʒɜːrmz] ['ɔːlweɪz] ['prez(ə)nt][ɪn][ðə; ði][eə(r)][ænd; ənd] ['klɪŋɪŋ] [baɪ][ðə; ði]

any	kind	is	due	to	the	germs	always	present	in	the	air	and	clinging	by	the
任何	种类	是	到期的	到	这	细菌	总是	展示	在	这	空气	和	依恋	经过	这

[θ'aʊzəndz] [tuː; tə] [ˌʌn'wɒʃt] ['dɪʃɪz] [ænd; ənd][hændz] .

thousands	to	unwashed	dishes	and	hands	.
数千	到	未洗的	菜肴	和	双手	.

防止食物变质——牛奶和任何种类熟食变质都是由于空气中始终存在的细菌，这些细菌成千上万地附着在未洗的餐具和手上。

[ɪf] [miːt] [ɔː(r)] [fruːt] [ɪz] [kʊkt] [ænd; ənd] [kept] ['taɪtli] ['kʌvəd] , [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [rɪ'meɪn] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)]

If	meat	or	fruit	is	cooked	and	kept	tightly	covered	,	it	will	remain	good	for
如果	肉	或者	水果	是	煮熟	和	保留	紧紧	涵盖	,	它	将要	保持	好的	为了

[j'iəz] .

years	.
年	.

肉类或水果煮熟后密封保存，可以保存数年。

['meni] [p'ɜːsənz] [seɪv] [fruːt] [ænd; ənd] ['vedʒtəb(ə)lz] [fɔː(r); fə(r)] [juːz] [ɪn] ['wɪntə(r)] [baɪ] ['pʊtɪŋ] [ðem; ðəm] [ɪn]

Many	persons	save	fruit	and	vegetables	for	use	in	winter	by	putting	them	in
许多	人	节省	水果	和	蔬菜	为了	使用	在	冬天	经过	推杆	他们	在

[dʒ'ɑːz] ,

jars	,
罐子	,

许多人会将水果和蔬菜装在罐子里保存起来，以备冬季食用。

[wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] ['hiːtɪd] [tuː; tə] [kɪl] [ðə; ðɪ] [dʒɜːrmz] , [ænd; ənd] [siːld] [taɪt] [tuː; tə] [kiːp] [aʊt] ['ʌðə(r)]

which	are	heated	to	kill	the	germs	,	and	sealed	tight	to	keep	out	other
哪个	是	加热	到	杀	这	细菌	,	和	密封	紧的	到	保持	出去	其他

[dʒɜːrmz] .

germs	.
细菌	.

经过加热以杀死细菌，并密封以防止其他细菌进入。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [jiːst] [plɑːnts] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] [bred] [ænd; ənd] [bɪə(r)] .

19	—	Yeast	plants	used	in	making	bread	and	beer	.
-	—	酵母	植物	用过的	在	制作	面包	和	啤酒	.

19 —用于制作面包和啤酒的酵母植物。

[ðəʊz] [pn] [ðə; ðɪ] [raɪt] [ɑː(r); ə(r)] ['grəʊɪŋ] [njuː] [plɑːnts] .

Those	on	the	right	are	growing	new	plants	.
那些	在	这	正确的	是	生长	新的	植物	.

右边那些人正在种植新的植物。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[jiːst] [ɔː(r)] [ðə; ðɪ] ['ælkəhɒl] [plɑːnt] . — [swiːt] ['saɪdə(r)] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [fruːt] [dʒuːs] [ɑː(r); ə(r)] ['sʌmtaɪmz]

Yeast	or	the	Alcohol	Plant	.	—	Sweet	cider	and	other	fruit	juices	are	sometimes
酵母	或者	这	酒精	植物	.	—	甜的	苹果酒	和	其他	水果	果汁	是	有时

[spɔɪld] [baɪ] [ə; eɪ] [plɑːnt] [nemd] [jiːst] .

spoiled	by	a	plant	named	yeast	.
被宠坏了	经过	一个	植物	命名	酵母	.

酵母或酒精植物——甜苹果酒和其他果汁有时会被一种名为酵母的植物弄坏。

[ðɪs] [plɑːnt] [hæz; həz] [ðə; ðɪ] [fɔːm] [pv; əv] [ə; eɪ] ['fʊtbɔːl] [ænd; ənd] [ɪz] [səʊ] [smɔːl] [ðæt] [ə; eɪ] ['mɪljən] [pv; əv]

This	plant	has	the	form	of	a	football	and	is	so	small	that	a	million	of
这	植物	有	这	形式	的	一个	足球	和	是	所以	小的	那	一个	百万	的

[ɪts] [kaɪnd] [tə'geðə(r)] [wʊd] [nɒt] [meɪk] [ə; eɪ] [mæs] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz] [ðə; ðɪ] [hed] [pv; əv] [ə; eɪ] [pɪn] .

its	kind	together	would	not	make	a	mass	as	large	as	the	head	of	a	pin	.
它是	种类	一起	会	不是	制作	一个	大量的	作为	大的	作为	这	头	的	一个	别针	.

这种植物形状像橄榄球，体积非常小，即使一百万株这样的植物聚集在一起，体积也比不上针头那么大。

[ˌaɪ ˈtiː] [fləʊts] [əˈbaʊt] [ɪn][ðə; ði][eə(r)][ænd; ənd][ɪz]['prez(ə)nt][ɒn][ðə; ði] [skɪnz] [ɒv; əv] [fruːts] .

It	floats	about	in	the	air	and	is	present	on	the	skins	of	fruits	.
它	浮标	关于	在	这	空气	和	是	展示	在	这	皮肤	的	水果	.

它会在空气中漂浮，也会附着在水果的表皮上。

[jiːst] [ɪz]['ɔːlsəʊ] [kɔːld] [ðə; ði]['ælkəhɒl][plɑːnt][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [wen'evə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [grəuz] [ɪn][ə; eɪ] [swiːt]

Yeast	is	also	called	the	alcohol	plant	because	whenever	it	grows	in	a	sweet
酵母	是	还	称为	这	酒精	植物	因为	每当	它	生长	在	一个	甜的

['sʌbstəns] [laɪk] [fruːt] [dʒuːs][ˌaɪ 'tiː] ['tʃeɪndʒɪz] [pɑːt] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ] ['baɪtɪŋ] ['sʌbstəns] [kɔːld]

substance	like	fruit	juice	it	changes	part	of	it	into	a	biting	substance	called
物质	喜欢	水果	汁	它	变化	部分	的	它	进入	一个	咬	物质	称为

['ælkəhɒl] .

alcohol	.
酒精	.

酵母又被称为酒精植物，因为它在果汁等甜味物质中生长时，会将其中一部分转化为一种叫做酒精的刺激性物质。

[æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ˌaɪ 'tiː] [gɪvz] [ɒf] [ə; eɪ][gæs] .

At	the	same	time	it	gives	off	a	gas	.
在	这	相同的	时间	它	给予	离开	一个	气体	.

同时，它会释放出一种气体。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðɪs] [gæs] [wɪtʃ] [fɔːmz] [ðə; ði] ['bʌblɪŋ] [ɔː(r)] ['frɒθɪŋ] [ɪn][bɪə(r)] .

It	is	this	gas	which	forms	the	bubbling	or	frothing	in	beer	.
它	是	这	气体	哪个	表格	这	冒泡	或者	起泡	在	啤酒	.

正是这种气体使啤酒产生气泡或泡沫。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	40	]
[	页	-	]

[第40页]

[ðə; ði] [m'ɪliənz] [ɒv; əv] [jiːst] [plɑːnts][ɪn][ðə; ði] [jiːst] [keɪk] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ði][stɔː(r)] ,

The	millions	of	yeast	plants	in	the	yeast	cake	bought	at	the	store	,
这	百万	的	酵母	植物	在	这	酵母	蛋糕	买	在	这	店铺	,

商店里买的酵母饼里含有数百万株酵母菌。

[wen] [pʊt]['ɪntuː][ðə; ði] [dəʊ] [fɔː(r); fə(r)] [bred] , [grəʊ] [ænd; ənd] [fɔːm] [gæs] .

when	put	into	the	dough	for	bread	,	grow	and	form	gas	.
什么时候	放	进入	这	面团	为了	面包	,	生长	和	形式	气体	.

放入面包面团中时，会膨胀并产生气体。

[ðɪs] [puʃiz] [ðə; ði]['bɪts][ɒv; əv] [dəʊ] [ə'pɑːt][ænd; ənd] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [laɪt] .

This	pushes	the	bits	of	dough	apart	and	makes	it	light	.
这	推动	这	比特	的	面团	除	和	制作	它	光	.

这样可以将面团块撑开，使其变得蓬松。

[ðə; ði]['lɪt(ə)l]['ælkəhɒl] [fɔːmd] [ɪz][ɔːl] ['drɪvn] [ɒf] [ɪn][ðə; ði] ['beɪkɪŋ] .

The	little	alcohol	formed	is	all	driven	off	in	the	baking	.
这	小的	酒精	形成	是	全部	驱动	离开	在	这	烘烤	.

烘烤过程中产生的少量酒精全部挥发掉了。

[ðə; ði]['ælkəhɒl] [wɪtʃ] [jiːst] [fɔːmz] [baɪ] ['grəʊɪŋ] [ɪn] [swiːt] ['saɪdə(r)][ɪz][ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [wiːks] [tʃeɪndʒd]

The	alcohol	which	yeast	forms	by	growing	in	sweet	cider	is	in	a	few	weeks	changed
这	酒精	哪个	酵母	表格	经过	生长	在	甜的	苹果酒	是	在	一个	很少	周	已更改

[tuː; tə]['vɪnɪgə(r)][baɪ]['ʌðə(r)][dʒɜːrmz] [kɔːld] [ðə; ði]['vɪnɪgə(r)][plɑːnts] .

to	vinegar	by	other	germs	called	the	vinegar	plants	.
到	醋	经过	其他	细菌	称为	这	醋	植物	.

酵母在甜苹果酒中生长产生的酒精，会在几周内被其他被称为醋菌的细菌转化为醋。

['saʊə(r)]['saɪdə(r)] [meɪ] [meɪk] [ðəʊz] [huː] [juːz][ˌaɪ 'tiː] [sɪk] [ænd; ənd] [drʌŋk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz]

Sour	cider	may	make	those	who	use	it	sick	and	drunk	because	it	contains
酸的	苹果酒	可能	制作	那些	WHO	使用	它	生病的	和	醉	因为	它	包含

['ælkəhɒl] .

alcohol	.
酒精	.

酸苹果酒含有酒精，饮用后可能会使人感到不适和醉酒。

[jiːst] [meɪks] [waɪn] [aʊt] [ɒv; əv] [greɪp] [dʒuːs] .

Yeast	makes	wine	out	of	grape	juice	.
酵母	制作	葡萄酒	出去	的	葡萄	汁	.

酵母利用葡萄汁酿造葡萄酒。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[weə(r)] [ɑː(r); ə(r)][dʒɜːrmz] [faʊnd] ? [ˌtuː'tuː] .

Where	are	germs	found	?	2	.
在哪里	是	细菌	成立	?	2	.

细菌存在于哪些地方？2.

[wɒt] [ɪz][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv]['maɪˌkroʊbz] ? [θriː] .

What	is	the	form	of	microbes	?	3	.
什么	是	这	形式	的	微生物	?	3	.

微生物的形态是什么？3.

[neɪm] [sʌm; səm] [dɪ'ziːzɪz] [kɔːzd] [baɪ][dʒɜːrmz] . [fɔːr] .

Name	some	diseases	caused	by	germs	.	4	.
姓名	一些	疾病	导致	经过	细菌	.	4	.

4. 列举一些由细菌引起的疾病。

[wɒt] [ɪz][məʊld] ? [faɪv] .

What	is	mold	?	5	.
什么	是	模具	?	5	.

什么是霉菌？5.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [fuːd] [biː; bi] [kept] ['kʌvəd] [wen] [nɒt] [ɪn] [juːz] ? [sɪks] .

Why	should	food	be	kept	covered	when	not	in	use	?	6	.
为什么	应该	食物	是	保留	涵盖	什么时候	不是	在	使用	?	6	.

为什么食物在不使用时应该盖好？6.

[wɒt] ['kɔːzɪz] [miːt] [tuː; tə] [spɔɪl] ? ['sɛvən] .

What	causes	meat	to	spoil	?	7	.
什么	原因	肉	到	剧透	?	7	.

什么原因会导致肉类腐败？7.

[haʊ] [meɪ] [fruːt] [biː; bi] [kept] [frɒm; frəm] ['spɔɪlɪŋ] ? [eit] .

How	may	fruit	be	kept	from	spoiling	?	8	.
如何	可能	水果	是	保留	从	破坏	?	8	.

如何防止水果腐烂？8.

[weə(r)] [ɪz] [jiːst] [faʊnd] ? [naɪn] .

Where	is	yeast	found	?	9	.
在哪里	是	酵母	成立	?	9	.

酵母存在于哪些地方？9.

[wɒt] [ɪ'fekt] [hæz; həz] [jiːst] [ɒn] [fruːt] [dʒuːs] ? - .

What	effect	has	yeast	on	fruit	juice	?	10	.
什么	影响	有	酵母	在	水果	汁	?	-	.

酵母对果汁有什么影响？10.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [nɒt] [drɪŋk] ['saʊə(r)]['saɪdə(r)] ?

Why	**should**	**you**	**not**	**drink**	**sour**	**cider**	**?**
为什么	应该	你	不是	喝	酸的	苹果酒	?

为什么不应该喝酸苹果酒?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**41**	**]**
[	页	-	]

[第41页]

['tʃæptə(r)] ['sɪksθ]

CHAPTER	**VI**
章	六年级

第六章

[mɪlk] [meɪ] [biː; bi][ə; eɪ] [fuːd] [ɔː(r)][ə; eɪ] ['pɔɪz(ə)n]

MILK	**MAY**	**BE**	**A**	**FOOD**	**OR**	**A**	**POISON**
牛奶	可能	是	一个	食物	或者	一个	毒

牛奶可能是食物，也可能是毒药。

[ɒv; əv] [wɒt] [mɪlk] [ɪz] [meɪd] . — [mɪlk] [ɪz][ðə; ði][məʊst] ['pɜːfɪkt] [fuːd] [nəʊn] .

Of	**what**	**Milk**	**is**	**Made**	**.**	**—**	**Milk**	**is**	**the**	**most**	**perfect**	**food**	**known**	**.**
的	什么	牛奶	是	制成	.	—	牛奶	是	这	最多	完美的	食物	已知	.

牛奶的由来——牛奶是已知最完美的食物。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] ['evriθɪŋ] ['niːdɪd] [tuː; tə] [bɪld] [ænd; ənd] ['streŋ(k)θn] [ðə; ði] ['bɒdi] .

It	**contains**	**everything**	**needed**	**to**	**build**	**and**	**strengthen**	**the**	**body**	**.**
它	包含	一切	需要	到	建造	和	加强	这	身体	.

它包含了构建和增强身体所需的一切。

[ɪn] [wʌn] ['gælən] [ɒv; əv] [mɪlk] [ðeə(r)] [ɪz] [ə'baʊt] [wʌn] ['tiːkʌpˌfʊl] [ɒv; əv][pjʊə(r)][fæt] ,

In	**one**	**gallon**	**of**	**milk**	**there**	**is**	**about**	**one**	**teacupful**	**of**	**pure**	**fat**	**,**
在	一	加仑	的	牛奶	那里	是	关于	一	一杯茶	的	纯的	胖的	,

一加仑牛奶中大约含有一杯纯脂肪。

['nɪəli] [ðə; ði] [seɪm] [ə'maʊnt] [ɒv; əv]['ʃʊgə(r)] , [wʌn] ['tiːkʌpˌfʊl] [ɒv; əv] ['bɒdi] - ['bɪldɪŋ] [fuːd] ['niːdɪd]

nearly	**the**	**same**	**amount**	**of**	**sugar**	**,**	**one**	**teacupful**	**of**	**body**	**-**	**building**	**food**	**needed**
几乎	这	相同的	数量	的	糖	,	一	一杯茶	的	身体	-	建筑	食物	需要

[tuː; tə] [meɪk] ['mʌs(ə)l] [ænd; ənd] [blʌd] .

to	**make**	**muscle**	**and**	**blood**	**.**
到	制作	肌肉	和	血	.

几乎等量的糖，相当于一杯构建肌肉和血液所需的健美食物。

[ðeə(r)] [ɪz]['ɔːlsəʊ][sʌm; səm] [laɪm] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] ['mɪnərəl] ['mætə(r)][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði]

There	**is**	**also**	**some**	**lime**	**and**	**other**	**mineral**	**matter**	**to**	**make**	**the**	**bones**	**of**	**the**
那里	是	还	一些	酸橙	和	其他	矿物	事情	到	制作	这	骨头	的	这

[jʌŋ] [grəʊ] [strɒŋ] .

young	**grow**	**strong**	**.**
年轻的	生长	强的	.

此外，还含有一些石灰和其他矿物质，有助于促进儿童骨骼强壮生长。

[ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] ['sev(ə)n][paɪnts][ɑː(r); ə(r)]['wɔːtə(r)] .

The	**remaining**	**seven**	**pints**	**are**	**water**	**.**
这	其余的	七	品脱	是	水	.

剩下的七品脱是水。

[kaɪndz][ɒv; əv] [mɪlk] . — [wen] [mɪlk] [ɪz] [left] ['stændɪŋ] [ɪn][ə; eɪ][dʒɑː(r)][fɔː(r); fə(r)] ['sevrəl] ['aʊəz] , [mʌtʃ]

Kinds	**of**	**Milk**	**.**	**—**	**When**	**milk**	**is**	**left**	**standing**	**in**	**a**	**jar**	**for**	**several**	**hours**	**,**	**much**
种类	的	牛奶	.	—	什么时候	牛奶	是	左边	常设	在	一个	罐	为了	一些	小时	,	很多

[ɒv; əv][ðə; ði][fæt] ,

of	**the**	**fat**	**,**
的	这	胖的	,

牛奶的种类——牛奶在罐子里静置几个小时后，大部分脂肪会析出，

[wɪtʃ] [ɪz]['prez(ə)nt][ɪn][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv]['taɪni] [bɔːlz] , ['raɪzɪz][tuː; tə][ðə; ði] ['ʌpə(r)] [pɑːt] .

which	is	present	in	the	form	of	tiny	balls	,	rises	to	the	upper	part	.
哪个	是	展示	在	这	形式	的	微小的	球	,	上升	到	这	上	部分	.

它以小球的形式存在，并上升到上部。

[ðɪs] ['ʌpə(r)] ['leɪə(r)][ɒv; əv] [mɪlk] [fʊl] [ɒv; əv][fæt][ɪz] [kɔːld] [kriːm] .

This	upper	layer	of	milk	full	of	fat	is	called	cream	.
这	上	层	的	牛奶	满的	的	胖的	是	称为	奶油	.

牛奶上层富含脂肪的部分叫做奶油。

[ɪf] [ðɪs] [ɪz] [rɪ'muːvd] , [ðə; ði] [rest] [ɪz] [kɔːld] [skɪm] [mɪlk] .

If	this	is	removed	,	the	rest	is	called	skim	milk	.
如果	这	是	已移除	,	这	休息	是	称为	撇去	牛奶	.

如果去除这部分，剩下的就是脱脂牛奶。

[mɪlk] ['ɑːftə(r)] ['stændɪŋ] [ɪn][ə; eɪ] [wɔːm] [pleɪs] [wʌn][ɔː(r)] [tuː] [deɪz] [bɪ'kʌmz] ['saʊə(r)] .

Milk	after	standing	in	a	warm	place	one	or	two	days	becomes	sour	.
牛奶	后	常设	在	一个	温暖的	地方	一	或者	二	天	变成	酸的	.

牛奶在温暖的地方放置一两天就会变酸。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðen] ['sʌmtaɪmz] [pʊt]['ɪntuː][ə; eɪ] [taɪt] [bɒks][ɔː(r)] ['bærəl] [ænd; ənd] [biːt] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [weɪ]

It	is	then	sometimes	put	into	a	tight	box	or	barrel	and	beat	in	such	a	way
它	是	然后	有时	放	进入	一个	紧的	盒子	或者	桶	和	打	在	这样的	一个	方式

[æz; əz][tuː; tə] [breɪk] [ʌp] [ðə; ði]['lɪt(ə)l] [bɔːlz] [ɒv; əv][fæt] .

as	to	break	up	the	little	balls	of	fat	.
作为	到	休息	向上	这	小的	球	的	胖的	.

然后有时会将其放入密封的盒子或桶中，并以某种方式敲打，以打碎小的脂肪球。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [ðen] [prest] [tə'geðə(r)] ['ɪntuː][ə; eɪ] [mæs] [kɔːld] ['bʌtə(r)] .

These	are	then	pressed	together	into	a	mass	called	butter	.
这些	是	然后	按下	一起	进入	一个	大量的	称为	黄油	.

然后将它们压制成一种叫做黄油的东西。

[ˌaɪ 'tiː] [rɪ'kwaɪəz] [ə; eɪ] [həʊl]

It	requires	a	whole
它	需要	一个	所有的

这需要一个整体

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	42	]
[	页	-	]

[第42页]

['gælən] [ɒv; əv] [mɪlk] [tuː; tə] [meɪk] [wʌn] ['tiːkʌpˌfʊl] [ɒv; əv] ['bʌtə(r)] .

gallon	of	milk	to	make	one	teacupful	of	butter	.
加仑	的	牛奶	到	制作	一	一杯茶	的	黄油	.

一加仑牛奶才能制成一杯茶杯的黄油。

[ðə; ði] [mɪlk] [rɪ'meɪnɪŋ] ['ɑːftə(r)][ðə; ði] ['bʌtə(r)] [ɪz]['teɪkən] [aʊt] [ɪz] [kɔːld] ['bʌtəmɪlk] .

The	milk	remaining	after	the	butter	is	taken	out	is	called	buttermilk	.
这	牛奶	其余的	后	这	黄油	是	已采取	出去	是	称为	酪乳	.

去除黄油后剩下的牛奶叫做酪乳。

[tʃiːz] [ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm] [mɪlk] .

Cheese	is	made	from	milk	.
奶酪	是	制成	从	牛奶	.

奶酪是由牛奶制成的。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [tuː] [kaɪndz][ɒv; əv] [mɪlk] , [ˈʃəʊɪŋ] [ðə; ði] [əˈmaʊnt] [ɒv; əv][fæt][ɪn] [iːtʃ] .

20 — Two kinds of milk , showing the amount of fat in each .

- — 二 种类 的 牛奶 , 显示 这 数量 的 胖的 在 每个 .

20 —两种牛奶，分别显示每种牛奶的脂肪含量。

[mɪlk] [æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] . — [mɪlk] [ɪz][ə; eɪ] [ˈhelθf(ə)l] [drɪŋk] [fɔː(r); fə(r)] [ˈnɪəli] [ˈevri] [wʌn][ænd; ənd]

Milk as a Food . — Milk is a healthful drink for nearly every one and

牛奶 作为 一个 食物 . — 牛奶 是 一个 健康的 喝 为了 几乎 每一个 一 和

[ɪˈspeʃəli] [ˈjuːsf(ə)l][fɔː(r); fə(r)] [ðəʊz] [wɪð] [wiːk] [ˈbɒdɪz] .

especially useful for those with weak bodies .

尤其 有用 为了 那些 和 虚弱的 身体 .

牛奶作为一种食物——牛奶对几乎所有人来说都是一种健康的饮品，尤其对体弱者有益。

[ˈdjʊərɪŋ] [ˈsɪknəs] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [ˈsʌmtaɪmz] [ðə; ði][ˈəʊnli] [fuːd] [ðə; ði][ˈpeɪʃ(ə)nt][kæn; kən] [teɪk] .

During sickness it is sometimes the only food the patient can take .

期间 疾病 它 是 有时 这 仅有的 食物 这 病人 能 拿 .

生病期间，这有时是病人唯一能吃的食物。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [wel] [fɔː(r); fə(r)] [ˈtʃɪldrən] [tuː; tə][juːz] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [ˈglɑːsɪz] [ɒv; əv] [mɪlk] [ˈdeɪli] [wɪð] [ðeə(r)]

It is well for children to use two or three glasses of milk daily with their

它 是 出色地 为了 孩子们 到 使用 二 或者 三 眼镜 的 牛奶 日常的 和 他们的

[miːlz] .

meals .

餐 .

儿童每天用餐时喝两到三杯牛奶是有益的。

[ˌaɪ ˈtiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [sip] [ˈsləʊli] [səʊ][ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] [mɪks] [wɪð] [ðə; ði][ˈfluːɪd][ɪn][ðə; ði] [maʊθ] [ænd; ənd][nɒt]

It should be sipped slowly so it will mix with the fluid in the mouth and not

它 应该 是 啜饮 缓慢地 所以 它 将要 混合 和 这 体液 在 这 嘴 和 不是

[fɔːm] [lʌmps] [kɔːld] [ˈkɜːdz] [ɪn][ðə; ði] [ˈstʌmək] .

form lumps called curds in the stomach .

形式 肿块 称为 凝乳 在 这 胃 .

应该慢慢啜饮，这样才能与口腔中的液体混合，不会在胃里形成称为凝块的结块。

[ə; eɪ] [kwɔːt] [ɒv; əv] [mɪlk] [kənˈteɪnz] [mɔː(r)] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [ˈbɒdi] [ðæn; ðən][ə; eɪ][hɑːf] [paʊnd] [ɒv; əv]

A quart of milk contains more food for the body than a half pound of

一个 夸脱 的 牛奶 包含 更多的 食物 为了 这 身体 比 一个 一半 磅 的

[gʊd] [ˈbiːfsteɪk] .

good beefsteak .

好的 牛排 .

一夸脱牛奶比半磅优质牛排含有更多人体所需的营养。

[ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv] [mɪlk] [wɪl] [səˈplaɪ] [ðə; ði] [ˈbɒdi] [wɪð] [əˈbaʊt] [æz; əz] [mʌtʃ] [fuːd] [æz; əz][ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv]

A pint of milk will supply the body with about as much food as a pint of

一个 品脱 的 牛奶 将要 供应 这 身体 和 关于 作为 很多 食物 作为 一个 品脱 的

[ˈɔɪstə(r)z] .

oysters .

牡蛎 .

一品脱牛奶能为身体提供的营养与一品脱牡蛎提供的营养大致相同。

[ə; eɪ] [bəʊl] [ɒv; əv] [mɪlk] [ænd; ənd][ə; eɪ][hɑːf] [ləʊf] [ɒv; əv] [bred] [ɪz][ə; eɪ] [ˈhelθf(ə)l] [ˈsʌpə(r)] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ]

A bowl of milk and a half loaf of bread is a healthful supper for a

一个 碗 的 牛奶 和 一个 一半 面包 的 面包 是 一个 健康的 晚餐 为了 一个

[bɔɪ] [ɔː(r)][gɜːl] .

boy or girl .

男生 或者 女孩 .

一碗牛奶和半个面包对男孩或女孩来说就是一顿健康的晚餐。

[skɪm] [mɪlk] [ænd; ənd] ['bʌtəmɪlk] [ɑː(r); ə(r)] ['helθf(ə)l] [drɪŋks] [wɪtʃ] ['fɜːnɪʃ] [mʌtʃ] [fuːd] [fɔː(r); fə(r)]

Skim	milk	and	buttermilk	are	healthful	drinks	which	furnish	much	food	for
撇去	牛奶	和	酪乳	是	健康的	饮料	哪个	提供	很多	食物	为了

['bɪldɪŋ] [bəʊn] , [blʌd] , [ænd; ənd] ['mʌs(ə)l] .

building	bone	,	blood	,	and	muscle	.
建筑	骨	,	血	,	和	肌肉	.

脱脂牛奶和酪乳是健康的饮品，能提供大量营养物质，有助于骨骼、血液和肌肉的生长。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [dʒɜːrmz] [wɪtʃ] [grəʊ] [ɪn] [mɪlk] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]['saʊə(r)] .

21	—	Germs	which	grow	in	milk	and	make	it	sour	.
-	—	细菌	哪个	生长	在	牛奶	和	制作	它	酸的	.

21 —在牛奶中生长并使其变酸的细菌。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	43	]
[	页	-	]

[第43页]

[wen] [mɪlk] [ɪz][ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n] . — [ɪn] [njuː] [jɔːk] , [ˌsɪnsɪ'næti] ,

When	Milk	is	a	Poison	.	—	In	New	York	,	Cincinnati	,
什么时候	牛奶	是	一个	毒	.	—	在	新的	约克	,	辛辛那提	,

当牛奶变成毒药——在纽约、辛辛那提，

[ænd; ənd] [ʃɪ'kɑːgəʊ] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] ['nəʊtɪst] [fɔː(r); fə(r)] ['meni] [j'iəz] [ðæt] [lɑːdʒ] ['nʌmbəz] [ɒv; əv]

and	Chicago	it	has	been	noticed	for	many	years	that	large	numbers	of
和	芝加哥	它	有	到过	注意到	为了	许多	年	那	大的	数字	的

['beɪbiz] [bɪ'kʌm] [sɪk] [ɪn] [wɔːm] ['weðə(r)] [ænd; ənd] ['meni] [ɒv; əv][ðem; ðəm][daɪ] .

babies	become	sick	in	warm	weather	and	many	of	them	die	.
婴儿	变得	生病的	在	温暖的	天气	和	许多	的	他们	死	.

多年来人们注意到，芝加哥有很多婴儿在温暖的天气里生病，其中许多婴儿死亡。

[ðə; ði]['dɑːktərz] ['lɜːnɪd] [ðæt] [məʊst][ɒv; əv][ðə; ði] ['beɪbiz] ['teɪkən] [sɪk] [wɜː(r); wə(r)] ['biːɪŋ] [fed] [ɒn] [kaʊz] -

The	doctors	learned	that	most	of	the	babies	taken	sick	were	being	fed	on	cows	'
这	医生	学习	那	最多	的	这	婴儿	已采取	生病的	是	存在	美联储	在	牛	-

[mɪlk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðeə(r)] [əʊn] ['mʌðəz] [dɪd] [nɒt] [hæv; həv] [ɪ'nʌf] [fɔː(r); fə(r)][ðem; ðəm] .

milk	because	their	own	mothers	did	not	have	enough	for	them	.
牛奶	因为	他们的	自己的	母亲们	做过	不是	有	足够的	为了	他们	.

医生们了解到，大多数生病的婴儿都是喝牛奶长大的，因为他们的母亲没有足够的牛奶给他们喝。

[ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz] [ðen] [faʊnd] [ðæt] [ðə; ði] [sɪk] ['beɪbiz] [hæd; həd] [biːn] ['juːzɪŋ] [mɪlk] [frɒm; frəm] ['dɛəriz]

It	was	then	found	that	the	sick	babies	had	been	using	milk	from	dairies
它	曾是	然后	成立	那	这	生病的	婴儿	有	到过	使用	牛奶	从	乳品厂

[weə(r)] [ðə; ði] ['steɪblz] [wɜː(r); wə(r)] ['dɜːti] ,

where	the	stables	were	dirty	,
在哪里	这	马厩	是	肮脏的	,

后来发现，这些生病的婴儿喝的牛奶来自那些马厩肮脏的奶牛场。

[ðə; ði] [kaʊz] [sɔɪld] , [ænd; ənd][ðə; ði][hændz][ɒv; əv][ðə; ði] ['mɪlkə(r)] [ˌʌn'kliːn] .

the	cows	soiled	,	and	the	hands	of	the	milkers	unclean	.
这	牛	脏的	,	和	这	双手	的	这	挤奶工	不洁	.

奶牛很脏，挤奶工的手也不干净。

[ɒn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [mʌtʃ] [dɜːt] [gɒt] ['ɪntuː][ðə; ði] [mɪlk] .

On	this	account	much	dirt	got	into	the	milk	.
在	这	帐户	很多	污垢	得到	进入	这	牛奶	.

因此，牛奶里混入了很多杂质。

['beɪbiz] [fed] [ɒn] [kliːn] [mɪlk] [frɒm; frəm] [kliːn] [kaʊz] [kept] [ɪn] [kliːn] ['steɪblz] [rɪ'meɪnd] [strɒŋ]

Babies	fed	on	clean	milk	from	clean	cows	kept	in	clean	stables	remained	strong
婴儿	美联储	在	干净的	牛奶	从	干净的	牛	保留	在	干净的	马厩	剩余	强的

[ænd; ənd] [wel] .

and	well	.
和	出色地	.

喝着干净奶牛产的干净牛奶，生活在干净牛棚里的婴儿，身体强壮健康。

[baɪ] [mʌtʃ] ['stʌdi] [ðə; ði] ['dɑːktərz] ['lɜːnɪd] [ðæt] ['dɜːti] [mɪlk] [ɪz] ['pɔɪzənəs] [mɪlk] .

By	much	study	the	doctors	learned	that	dirty	milk	is	poisonous	milk	.
经过	很多	学习	这	医生	学习	那	肮脏的	牛奶	是	有毒	牛奶	.

经过大量研究，医生们发现不干净的牛奶就是有毒的牛奶。

[ðə; ði] ['pɔɪz(ə)n] [ɪz] [meɪd] [baɪ] [ðə; ði] [dʒɜːrmz] [ɔː(r)] [bæk'tɪəriə] ['lɪvɪŋ] [baɪ] [ðə; ði] [m'ɪliənz] [ɪn] [ˌʌn'kliːn] ['steɪblz]

The	poison	is	made	by	the	germs	or	bacteria	living	by	the	millions	in	unclean	stables
这	毒	是	制成	经过	这	细菌	或者	细菌	活的	经过	这	百万	在	不洁	马厩

[ænd; ənd] [ɪn] [mɪlk] ['bʌkit] [nɒt] [wel] [wɒʃt] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)] .

and	in	milk	buckets	not	well	washed	in	boiling	water	.
和	在	牛奶	水桶	不是	出色地	洗过	在	沸腾	水	.

这种毒素是由数以百万计生活在不干净的马厩和没有用沸水彻底清洗的牛奶桶中的细菌或微生物产生的。

['dɜːti] [mɪlk] [bɪ'kʌmz] [məʊst] ['pɔɪzənəs] [ɪn] [hɒt] ['weðə(r)] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [wɔːmθ] [meɪks] [ðə; ði] [dʒɜːrmz]

Dirty	milk	becomes	most	poisonous	in	hot	weather	because	warmth	makes	the	germs
肮脏的	牛奶	变成	最多	有毒	在	热的	天气	因为	温暖	制作	这	细菌

[grəʊ] ['veri] [fɑːst] [ænd; ənd] [bɪ'kʌm] [səʊ] ['njuːmərəs] [ðæt] [m'ɪliənz] [ɑː(r); ə(r)] ['prez(ə)nt] [ɪn] [ə; eɪ]

grow	very	fast	and	become	so	numerous	that	millions	are	present	in	a
生长	非常	快速地	和	变得	所以	很多的	那	百万	是	展示	在	一个

['tiːspuːnfʊl] [ɒv; əv] [mɪlk] .

teaspoonful	of	milk	.
一茶匙	的	牛奶	.

脏牛奶在炎热的天气里毒性最强，因为温暖的环境会让细菌迅速繁殖，数量激增，一茶匙牛奶中就可能含有数百万个细菌。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	44	]
[	页	-	]

[第44页]

['kiːpɪŋ] [mɪlk] [kliːn] . — ['djʊərɪŋ] [wʌn] [wiːk] [ɒv; əv] [hɒt] ['weðə(r)] [ɪn] [ˌsɪnsɪ'næti] ,

Keeping	Milk	Clean	.	—	During	one	week	of	hot	weather	in	Cincinnati	,
保持	牛奶	干净的	.	—	期间	一	星期	的	热的	天气	在	辛辛那提	,

保持牛奶清洁——在辛辛那提持续一周的高温天气中，

['əʊvə(r)] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['beɪbiz] [wɜː(r); wə(r)] ['pɔɪz(ə)nd] [wɪð] ['dɜːti] [mɪlk] .

over	a	hundred	babies	were	poisoned	with	dirty	milk	.
超过	一个	百	婴儿	是	中毒	和	肮脏的	牛奶	.

一百多名婴儿因饮用不干净的牛奶而中毒。

[ɪn] [ðə; ði] [seɪm] [wiːk] [twaɪs] [ðɪs] ['nʌmbə(r)] [wɜː(r); wə(r)] [meɪd] [sɪk] [baɪ] [ˌʌn'kliːn] [mɪlk] [ɪn] [ˌfɪlə'delfiə] .

In	the	same	week	twice	this	number	were	made	sick	by	unclean	milk	in	Philadelphia	.
在	这	相同的	星期	两次	这	数字	是	制成	生病的	经过	不洁	牛奶	在	费城	.

同一周，费城因饮用不洁牛奶而生病的人数是这个数字的两倍。

['djʊərɪŋ] [ðə; ði] [hɒt] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [jɪə(r)] [ɪn] ['aʊə(r)] ['kʌntri] [bæd] [mɪlk] [kɪlz] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] [hɑːf]

During	the	hot	part	of	the	year	in	our	country	bad	milk	kills	more	than	a	half
期间	这	热的	部分	的	这	年	在	我们的	国家	坏的	牛奶	杀戮	更多的	比	一个	一半

['dʌz(ə)n] ['beɪbiz] ['evri] ['aʊə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [deɪ] [ænd; ənd] [naɪt] .

dozen	babies	every	hour	of	the	day	and	night	.
打	婴儿	每一个	小时	的	这	天	和	夜晚	.

在我国炎热的季节，变质的牛奶每小时都会夺走六个以上婴儿的生命。

[ðə; ði]['əʊnli] [weɪ] [tuː; tə][hæv; həv] [mɪlk] [kliːn] [ɪz][tuː; tə][hæv; həv] [kliːn] ['steɪblz] [wɪð] [kliːn] [kaʊz] ,

The	only	way	to	have	milk	clean	is	to	have	clean	stables	with	clean	cows	,
这	仅有的	方式	到	有	牛奶	干净的	是	到	有	干净的	马厩	和	干净的	牛	,

保证牛奶清洁的唯一方法是保证牛舍清洁，奶牛也保持清洁。

[milk] [baɪ] [kliːn] [hændz] , [ænd; ənd][ðə; ði] [mɪlk] ['hændld] [ɪn] [kliːn] [peɪlz] , [kænz] ,

milked	by	clean	hands	,	and	the	milk	handled	in	clean	pails	,	cans	,
挤奶	经过	干净的	双手	,	和	这	牛奶	处理	在	干净的	水桶	,	罐头	,

用干净的手挤奶，牛奶用干净的桶、罐子处理。

[ænd; ənd] ['bɔtlz] [wɪtʃ] [hæv; həv] [biːn] ['skɔːldɪd] ['ɑːftə(r)] ['biːɪŋ] [wɒʃt] .

and	bottles	which	have	been	scalded	after	being	washed	.
和	瓶子	哪个	有	到过	烫伤	后	存在	洗过	.

还有清洗后被烫过的瓶子。

[ðə; ði] [mɪlk] [mʌst; məst] [ðen] [biː; bi] [kept] [kəʊld] [ʌn'tɪl] [juːst] ,

The	milk	must	then	be	kept	cold	until	used	,
这	牛奶	必须	然后	是	保留	寒冷的	直到	用过的	,

牛奶必须冷藏保存直至使用。

[səʊ] [ðæt] [ðə; ði][dʒɜːrmz] [wɪl] [nɒt] [grəʊ] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .

so	that	the	germs	will	not	grow	in	it	.
所以	那	这	细菌	将要	不是	生长	在	它	.

这样细菌就不会在其中滋生。

['seɪvɪŋ] [ðə; ði]['beɪbi] [frɒm; frəm][bæd] [mɪlk] . — [ɪf] ['pɒsəb(ə)l] ,

Saving	the	Baby	from	Bad	Milk	.	—	If	possible	,
保存	这	婴儿	从	坏的	牛奶	.	—	如果	可能的	,

如何避免婴儿因喝变质牛奶而受害？——如果可能的话，

[mɪlk] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [bɔːt] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['beɪbi] [ɪn] ['bɔtlz] [siːld] [wɪð] [ə; eɪ] ['peɪstbɔːd] [lɪd] .

milk	should	be	bought	for	the	baby	in	bottles	sealed	with	a	pasteboard	lid	.
牛奶	应该	是	买	为了	这	婴儿	在	瓶子	密封	和	一个	纸板	盖	.

应该给婴儿买用纸板盖密封的奶瓶装的牛奶。

[ɪf] [mɪlk] [tɜːnz] ['saʊə(r)][ðə; ði] [seɪm] [deɪ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dɪ'lɪvəd] ,

If	milk	turns	sour	the	same	day	it	is	delivered	,
如果	牛奶	转弯	酸的	这	相同的	天	它	是	发表	,

如果牛奶在送达当天就变质了，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [nɒt] [fɪt] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['beɪbi][tuː; tə] [teɪk] .

it	is	not	fit	for	the	baby	to	take	.
它	是	不是	合身	为了	这	婴儿	到	拿	.

不适合婴儿服用。

['hiːtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [məʊst] [mɪlk] [sefə] [fɔː(r); fə(r)][juːz] .

Heating	it	makes	most	milk	safer	for	use	.
加热	它	制作	最多	牛奶	更安全	为了	使用	.

加热后，大多数牛奶都可以更安全食用。

[ðə; ði] ['hiːtɪŋ] [ɒv; əv] [mɪlk] [tuː; tə] [kɪl] [məʊst][ɒv; əv][ðə; ði][dʒɜːrmz][ɪz] ['pæstʃəˌraɪzɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] .

The	heating	of	milk	to	kill	most	of	the	germs	is	pasteurizing	it	.
这	加热	的	牛奶	到	杀	最多	的	这	细菌	是	巴氏杀菌	它	.

将牛奶加热以杀死大部分细菌的过程称为巴氏杀菌法。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [kept] ['veri] [hɒt][fɔː(r); fə(r)] [ə'baʊt] [ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] , [bʌt; bət][ʃʊd; ʃəd] [nɒt][biː; bi]

It	should	be	kept	very	hot	for	about	fifteen	minutes	,	but	should	not	be
它	应该	是	保留	非常	热的	为了	关于	十五	分钟	,	但	应该	不是	是

[ə'laʊd] [tuː; tə] [bɔɪl] .

allowed	to	boil	.
允许	到	熬	.

应该保持高温约十五分钟，但不要煮沸。

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kuːld] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði] ['ves(ə)l] [ɒn] [aɪs] [ɔː(r)] [ɪn] [kəʊld] ['wɔːtə(r)] .

It	should	be	cooled	by	placing	the	vessel	on	ice	or	in	cold	water	.
它	应该	是	冷却	经过	放置	这	血管	在	冰	或者	在	寒冷的	水	.

应该将容器放在冰上或冷水中冷却。

[ðə; ði] ['beɪbiz] ['bɒt(ə)l] [ænd; ənd] ['nɪpl] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɒʃt] [ɪn] [kəʊld] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [ðen] [wel]

The	baby's	bottle	and	nipple	should	be	washed	in	cold	water	and	then	well
这	婴儿的	瓶子	和	乳头	应该	是	洗过	在	寒冷的	水	和	然后	出色地

['skɔːldɪd] [ɪ'miːdiətli] ['ɑːftə(r)] ['biːɪŋ] [juːst] .

scalded	immediately	after	being	used	.
烫伤	立即地	后	存在	用过的	.

婴儿奶瓶和奶嘴使用后应立即用冷水清洗，然后用沸水彻底煮沸。

[ðə; ði] ['bɒt(ə)l] , [ðə; ði] ['nɪpl] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [mɪlk] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [ə'weɪ] [frɒm; frəm] [flaɪz] [ænd; ənd]

The	bottle	,	the	nipple	,	and	the	milk	should	be	kept	away	from	flies	and
这	瓶子	,	这	乳头	,	和	这	牛奶	应该	是	保留	离开	从	苍蝇	和

[dʌst] .

dust	.
灰尘	.

奶瓶、奶嘴和牛奶应该远离苍蝇和灰尘。

[wʌn] [flai] [hæz; həz]

One	fly	has
一	飞	有

一只苍蝇

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	45	]
[	页	-	]

[第45页]

[biːn] [nəʊn] [tuː; tə] ['kæri] [ɒn] [ɪts] ['bɒdi] [mɔː(r)] [dʒɜːrmz] [ðæn; ðən] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [liːvz] [ɒn] [ə; eɪ] [lɑːdʒ]

been	known	to	carry	on	its	body	more	germs	than	there	are	leaves	on	a	large
到过	已知	到	携带	在	它是	身体	更多的	细菌	比	那里	是	树叶	在	一个	大的

[triː] .

tree	.
树	.

已知它身上携带的细菌比一棵大树上的叶子还多。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [plæn] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['prɪz(ə)n] [æt; ət] ['iːstən] , [pɑː] .

22	—	Plan	of	the	prison	at	Easton	,	Pa	.
-	—	计划	的	这	监狱	在	伊斯顿	, 宾夕法尼亚州		.

22 —宾夕法尼亚州伊斯顿监狱平面图

[ðə; ði] [krɔːsɪz] [ʃəʊ] ['ɪntuː] [wɪtʃ] [selz] [ðə; ði] [flaɪz] [brɔːt] ['taɪfɔɪd] [dʒɜːrmz] [frɒm; frəm] [ðə; ði]

The	crosses	show	into	which	cells	the	flies	brought	typhoid	germs	from	the
这	十字架	展示	进入	哪个	细胞	这	苍蝇	带来	伤寒	细菌	从	这

['suːə(r); 'sjuːə(r)] [ænd; ənd] [meɪd] [ðə; ði] ['prɪznər] [sɪk] [wɪð] ['fiːvə(r)] .

sewer	and	made	the	prisoners	sick	with	fever	.
下水道	和	制成	这	囚犯	生病的	和	发烧	.

十字标记显示了苍蝇将伤寒细菌从下水道带入哪些牢房，导致囚犯发烧生病。

[flaɪz] [ænd; ənd]['fiːvə(r)][ɪn][ə; eɪ]['prɪz(ə)n] . — [ɪn] ['ɔːgəst] , - , [ˌθɜː'tiːn] ['prɪznər] [ɪn][ðə; ði][dʒeɪl]

Flies	and	Fever	in	a	Prison	.	—	In	August	,	1908	,	thirteen	prisoners	in	the	jail
苍蝇	和	发烧	在	一个	监狱	.	—	在	八月	,	-	,	十三	囚犯	在	这	监狱

[æt; ət] ['iːstən] ,

at	Easton	,
在	伊斯顿	,

监狱里的苍蝇和发烧——1908年8月，伊斯顿监狱的13名囚犯，

[ˌpensl'veɪniə] , [wɜː(r); wə(r)]['teɪkən] [ɪl] [wɪð] ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] .

Pennsylvania	,	were	taken	ill	with	typhoid	fever	.
宾夕法尼亚州	,	是	已采取	患病的	和	伤寒	发烧	.

宾夕法尼亚州的人们感染了伤寒。

[ðeɪ] [hæd; həd] [nɒt] [biːn] [nɪə(r)] ['eni] [sɪk] [p'ɜːsənz] [ænd; ənd][ðeə(r)] [fuːd] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)][wɜː(r); wə(r)]

They	had	not	been	near	any	sick	persons	and	their	food	and	water	were
他们	有	不是	到过	靠近	任何	生病的	人	和	他们的	食物	和	水	是

[faʊnd] [tuː; tə][biː; bi][pjʊə(r)] .

found	to	be	pure	.
成立	到	是	纯的	.

他们没有接触过任何病人，而且他们的食物和水都被检测出来是纯净的。

[ɔːl] [ðəʊz] [sɪk] [wɜː(r); wə(r)][ɪn] [selz] [ɪn][wʌn] [end][ɒv; əv][ðə; ði]['prɪz(ə)n] .

All	those	sick	were	in	cells	in	one	end	of	the	prison	.
全部	那些	生病的	是	在	细胞	在	一	结尾	的	这	监狱	.

所有病人都关押在监狱一端的牢房里。

[ə'baʊt] ['twenti] [fiːt] [frɒm; frəm] [ðɪs] [end][ə; eɪ]['suːə(r); 'sjuːə(r)][hæd; həd] [biːn] [ʌn'kʌvəd] [tuː] [wiːks]

About	twenty	feet	from	this	end	a	sewer	had	been	uncovered	two	weeks
关于	二十	脚	从	这	结尾	一个	下水道	有	到过	裸露	二	周

[bɪ'fɔː(r)] [ænd; ənd] [left] ['əʊpən] .

before	and	left	open	.
前	和	左边	打开	.

距离此处约二十英尺处，两周前曾发现一条污水管道敞开着。

[ðɪs] ['suːə(r); 'sjuːə(r)] ['kærid] [ðə; ði] [weɪst] [frɒm; frəm][ðə; ði]['hɒspɪt(ə)l] [weə(r)] ['sevrəl] ['peɪʃ(ə)nts][wɜː(r); wə(r)]

This	sewer	carried	the	waste	from	the	hospital	where	several	patients	were
这	下水道	携带	这	浪费	从	这	医院	在哪里	一些	患者	是

[sɪk] [wɪð] [ðə; ði]['fiːvə(r)] .

sick	with	the	fever	.
生病的	和	这	发烧	.

这条下水道排放着医院的污水，医院里有好几名病人发烧生病。

[flaɪz] [fed] [ɒn][ðə; ði] [weɪst] [ɪn][ðə; ði]['suːə(r); 'sjuːə(r)][ænd; ənd] [ðen] [wɪð] [ðə; ði][dʒɜːrmz] ['stɪkɪŋ] [tuː; tə]

Flies	fed	on	the	waste	in	the	sewer	and	then	with	the	germs	sticking	to
苍蝇	美联储	在	这	浪费	在	这	下水道	和	然后	和	这	细菌	粘性	到

[ðeə(r)] [fiːt] [fluː] ['ɪntuː][ðə; ði] [selz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['prɪznər] [ænd; ənd] [wɔːkt] ['əʊvə(r)][ðeə(r)] [kʌps] ,

their	feet	flew	into	the	cells	of	the	prisoners	and	walked	over	their	cups	,
他们的	脚	飞翔	进入	这	细胞	的	这	囚犯	和	步行	超过	他们的	杯子	,

苍蝇以下水道里的污物为食，然后带着沾满细菌的爪子飞进囚犯的牢房，爬过他们的杯子。

[spuːn] , [ænd; ənd] [fuːd] .

spoons	,	and	food	.
勺子	,	和	食物	.

勺子和食物。

[ə; eɪ]['lɪt(ə)l][gɜːl] [huː] [pleɪd] [nɪə(r)] [ðɪs] ['əʊpən]['suːə(r); 'sjuːə(r)][ænd; ənd] [ʃeəd] [hɜː(r); hə(r)] [lʌntʃ] [wɪð]

A	little	girl	who	played	near	this	open	sewer	and	shared	her	lunch	with
一个	小的	女孩	WHO	玩	靠近	这	打开	下水道	和	共享	她	午餐	和

[ðə; ði] [flaɪz] [hæd; həd][ə; eɪ] [sɪ'vɪə(r)] [ə'tæk] [ɒv; əv]['fiːvə(r)] [tuː] [wiːks] ['leɪtə(r)][bɪ'kəz; bɪ'kɒz]

the	flies	had	a	severe	attack	of	fever	two	weeks	later	because
这	苍蝇	有	一个	严重	攻击	的	发烧	二	周	之后	因为

一个小女孩在这条露天污水沟附近玩耍，还把午饭分给了苍蝇，两周后她突然高烧不退。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 46]
[页 -]

[第46页]

[ðə; ði][dʒɜːrmz] [skreɪpt] [frɒm; frəm][ðə; ði][flaɪz] - [fiːt] [ɒn][hɜː(r); hə(r)] [fuːd] [gɒt]['ɪntuː][hɜː(r); hə(r)] ['bɒdi]
the germs scraped from the flies ' feet on her food got into her body
这 细菌 刮擦 从 这 苍蝇 - 脚 在 她 食物 得到 进入 她 身体
[ænd; ənd] [gruː] .
and grew .
和 生长 .

苍蝇脚上沾染在她食物上的细菌进入了她的体内并滋生。

[mɪlk] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] . — [wiː; wi][mʌst; məst][biː; bi] ['veri] ['keəf(ə)l] [tuː; tə] [get] [nɒt] ['əʊnli] [kliːn] [mɪlk]
Milk and Disease . — We must be very careful to get not only clean milk
牛奶 和 疾病 . — 我们 必须 是 非常 小心 到 得到 不是 仅有的 干净的 牛奶
[bʌt; bət] [mɪlk] [frɒm; frəm] ['helθi] [kaʊz] [milk] [baɪ] [p'ɜːsənz] [huː] [hæv; həv][nəʊ] ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] ,
but milk from healthy cows milked by persons who have no typhoid fever ,
但 牛奶 从 健康 牛 挤奶 经过 人 WHO 有 不 伤寒 发烧 ,

牛奶与疾病——我们必须非常小心，不仅要确保牛奶干净，还要确保牛奶来自健康的奶牛，并且由没有伤寒病史的人挤奶。

['skɑːlət] ['fiːvə(r)] , [ɔː(r)][dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə][ɪn][ðeə(r)] [hoʊmz] .
scarlet fever , or diphtheria in their homes .
猩红 发烧 , 或者 白喉 在 他们的 房屋 .

他们家中可能爆发猩红热或白喉。

[ɪf] ['əʊnli][wʌn][ɔː(r)] [tuː] [dɪ'ziːz] [dʒɜːrmz][get]['ɪntuː][ðə; ði] [mɪlk] [frɒm; frəm][ðə; ði][hændz][ɒv; əv] [ðəʊz]
If only one or two disease germs get into the milk from the hands of those
如果 仅有的 一 或者 二 疾病 细菌 得到 进入 这 牛奶 从 这 双手 的 那些
[huː] [hæv; həv] [nəːs] [ðə; ði] [sɪk] ,
who have nursed the sick ,
WHO 有 护理 这 生病的 ,

如果只有一两种致病细菌通过护理病人的手进入牛奶中，

[ðiːz] [wɪl] [grəʊ] ['ɪntuː] [ɪ'mens] ['nʌmbəz] [ɪn][ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [deɪ] .
these will grow into immense numbers in a single day .
这些 将要 生长 进入 巨大 数字 在 一个 单身的 天 .

这些数字会在一天之内增长到惊人的数量。

['meni] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [juːz][ðə; ði] [mɪlk] [wɪl] [ðen] [bɪ'kʌm] [ɪl] .
Many of those who use the milk will then become ill .
许多 的 那些 WHO 使用 这 牛奶 将要 然后 变得 患病的 .

许多饮用这种牛奶的人都会生病。

['hʌndrədz] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [sɪk] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] ['evri] [jɪə(r)] .
Hundreds are made sick in this way every year .
数百 是 制成 生病的 在 这 方式 每一个 年 .

每年都有数百人因此生病。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .
PRACTICAL QUESTIONS1 .
实际的 QUESTIONS1 .

实践问题1.

[waɪ] [ɪz] [mɪlk] [ə; eɪ] [gʊd] [fuːd] ? [ˌtuː'tuː] .
Why is milk a good food ? 2 .
为什么 是 牛奶 一个 好的 食物 ? 2 .

为什么牛奶是好食物？2.

[wɒt] [dʌz] [ə; eɪ] ['gælən] [ɒv; əv] [mɪlk] [kən'teɪn] ? [θri:] .

What	does	a	gallon	of	milk	contain	?	3	.
什么	做	一个	加仑	的	牛奶	包含	?	3	.

一加仑牛奶含有哪些成分？3.

[wɒt] [ɪz] [kri:m] ? [fɔ:r] .

What	is	cream	?	4	.
什么	是	奶油	?	4	.

什么是奶油？4.

[haʊ] [ɪz] ['bʌtə(r)] [meɪd] ? [faɪv] .

How	is	butter	made	?	5	.
如何	是	黄油	制成	?	5	.

黄油是如何制成的？5.

[fɔ:(r); fə(r)] [hu:m] [ɪz] [mɪlk] ['speʃəli] [gʊd] ? [sɪks] .

For	whom	is	milk	specially	good	?	6	.
为了	谁	是	牛奶	特别	好的	?	6	.

牛奶对哪些人特别好？6.

[haʊ] [dʌz] [mɪlk] [bɪ'kʌm] ['pɔɪzənəs] ? ['sɛvən] .

How	does	milk	become	poisonous	?	7	.
如何	做	牛奶	变得	有毒	?	7	.

牛奶是如何变成有毒的？7.

[waɪ] [ɪz] ['dɜ:ti] [mɪlk] [mɔ:(r)] ['pɔɪzənəs] [ɪn] [hɒt] ['weðə(r)] ? [eit] .

Why	is	dirty	milk	more	poisonous	in	hot	weather	?	8	.
为什么	是	肮脏的	牛奶	更多的	有毒	在	热的	天气	?	8	.

为什么变质的牛奶在炎热天气下毒性更大？8.

[tel] [wɒt] [hɑ:m] [ˌʌn'kli:n] [mɪlk] [dʌz] . [naɪn] .

Tell	what	harm	unclean	milk	does	.	9	.
告诉	什么	伤害	不洁	牛奶	做	.	9	.

说明不洁净的牛奶会造成哪些危害。9.

[haʊ] [meɪ] [mɪlk] [bi:; bi] [kept] [kli:n] ? - .

How	may	milk	be	kept	clean	?	10	.
如何	可能	牛奶	是	保留	干净的	?	-	.

如何保持牛奶清洁？10.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [mɪlk] [ɪz] ['hi:tɪd] [tu:; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'ti:] [seɪf] [fɔ:(r); fə(r)] [ju:z] . - .

Explain	how	milk	is	heated	to	make	it	safe	for	use	.	11	.
解释	如何	牛奶	是	加热	到	制作	它	安全的	为了	使用	.	-	.

解释牛奶是如何加热才能安全饮用的。11.

[ʃəʊ] [haʊ] [flaɪz] [meɪ] [kɔ:z] ['fi:və(r)] . - .

Show	how	flies	may	cause	fever	.	12	.
展示	如何	苍蝇	可能	原因	发烧	.	-	.

说明苍蝇如何引起发烧。12.

[tel] [haʊ] [mɪlk] [meɪ] ['kæri] [dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə] ['ɪntu:] ['aʊə(r)] [hoʊmz] .

Tell	how	milk	may	carry	diphtheria	into	our	homes	.
告诉	如何	牛奶	可能	携带	白喉	进入	我们的	房屋	.

说明牛奶是如何将白喉病毒带入我们家中的。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	47	]
[	页	-	]

[第47页]

['tʃæptə(r)] [sevn]

CHAPTER	VII
章	七

第七章

[haʊ] [ðə; ði] ['bɒdi] ['juːzɪz; 'juːsɪz] [fuːd]

HOW	THE	BODY	USES	FOOD
如何	这	身体	用途	食物

身体如何利用食物

['ɔːrgənz] [fɔː(r); fə(r)] ['meɪkɪŋ] ['redi] [ðə; ði] [fuːd] . — [bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði] [fuːd] [kæn; kən] [get] ['ɪntuː] [ðə; ði] [blʌd]

Organs	for	making	ready	the	Food	.	—	Before	the	food	can	get	into	the	blood
器官	为了	制作	准备好	这	食物	.	—	前	这	食物	能	得到	进入	这	血

[ænd; ənd] [biː; bi] ['kærid] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] ['bɒdi] [tuː; tə] [fiːd] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ænd; ənd] [ðə; ði] [breɪn] ,

and	be	carried	over	the	body	to	feed	the	muscles	and	the	brain	,
和	是	携带	超过	这	身体	到	喂养	这	肌肉	和	这	脑	,

准备食物的器官——在食物进入血液并输送到全身为肌肉和大脑提供营养之前，

[ˌaɪ 'tiː] [mʌst; məst] [biː; bi] [meɪd] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['fluːɪd] .

it	must	be	made	into	a	fluid	.
它	必须	是	制成	进入	一个	体液	.

它必须被制成液体。

[ðɪs] ['tʃeɪndʒɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['sɒlɪd] [fuːd] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['lɪkwɪd] [baɪ] [ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] ['ɔːrgənz]

This	changing	of	the	solid	food	into	a	liquid	by	the	stomach	and	other	organs
这	变化	的	这	坚硬的	食物	进入	一个	液体	经过	这	胃	和	其他	器官

[ɪz] [kɔːld] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] .

is	called	digestion	.
是	称为	消化	.

胃和其他器官将固体食物转化为液体的过程称为消化。

[ðə; ði] ['ɔːrgənz] [wɪtʃ] [duː; də] [ðɪs] [wɜːk] [ɑː(r); ə(r)] [nəʊn] [æz; əz] [daɪ'dʒestɪv] ['ɔːrgənz] .

The	organs	which	do	this	work	are	known	as	digestive	organs	.
这	器官	哪个	做	这	工作	是	已知	作为	消化	器官	.

执行这项工作的器官被称为消化器官。

[ðeɪ] [kən'sɪst; 'kɒnsɪst] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [fuːd] [tjuːb] [ænd; ənd] ['sevrəl] ['bɒdɪz] [kɔːld] [glændz] .

They	consist	of	a	food	tube	and	several	bodies	called	glands	.
他们	由	的	一个	食物	管子	和	一些	身体	称为	腺体	.

它们由食道和几个称为腺体的结构组成。

[ðə; ði] [fuːd] [tjuːb] . — [ðə; ði] [fuːd] [kə'næl] [ɪz] [ə'baʊt] ['θɜːti] [fiːt] [lɒŋ] .

The	Food	Tube	.	—	The	food	canal	is	about	thirty	feet	long	.
这	食物	管子	.	—	这	食物	运河	是	关于	三十	脚	长的	.

食物管道——食物管道长约三十英尺。

[ɪts] [fɜːst] [pɑːt] , [ðə; ði] [maʊθ] , ['əupənz] [bæk] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʌŋ] ['ɪntuː] [ðə; ði] [θrəʊt] , [nemd] [ðə; ði]

Its	first	part	,	the	mouth	,	opens	back	of	the	tongue	into	the	throat	,	named	the
它是	第一的	部分	,	这	嘴	,	打开	后退	的	这	舌头	进入	这	喉	,	命名	这

['færɪŋks] .

pharynx	.
咽	.

它的第一部分，即口腔，通向舌根部，即咽部。

[ðɪs] [liːdz] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [tjuːb] , [ðə; ði] ['gʌlɪt] ,

This	leads	into	a	tube	,	the	gullet	,
这	线索	进入	一个	管子	,	这	食道	,

这通向一条管道，即食道。

['pɑːsɪŋ] [daʊn] [θruː] [ðə; ði] [bæk] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʃest] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['stʌmək] [bɪ'ləʊ] [ðə; ði]

passing	down	through	the	back	part	of	the	chest	into	the	stomach	below	the
通过	向下	通过	这	后退	部分	的	这	胸部	进入	这	胃	以下	这

['daɪəfræm] .

diaphragm	.
隔膜	.

向下穿过胸腔后部，进入横膈膜下方的胃部。

[ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz][ə; eɪ] [bent] [sæk] ['əʊpənɪŋ] ['ɪntuː][ə; eɪ] [tjuːb] ['əʊvə(r)] ['twenti] - [faɪv] [fiːt] [lɒŋ] [kɔːld]
The stomach is a bent sac opening into a tube over twenty - five feet long called
这 胃 是 一个 弯曲 囊 开幕 进入 一个 管子 超过 二十 - 五 脚 长的 称为
[ðə; ði] ['baʊəlz] [ɔː(r)] [ɪn'testɪn] .
the bowels or intestines .
这 肠道 或者 肠子 .

胃是一个弯曲的囊状物，开口通向一条超过25英尺长的管状结构，称为肠道。

[ðɪs] [tjuːb] [ɪz]['fəʊldɪd]['ɪntuː][ə; eɪ] [bʌntʃ] [wɪtʃ] [fɪlz] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði]['kævəti][ɒv; əv][ðə; ði]
This tube is folded into a bunch which fills a large part of the cavity of the
这 管子 是 折叠 进入 一个 束 哪个 填充 一个 大的 部分 的 这 空腔 的 这
['æbdəmən] .
abdomen .
腹部 .

这根管子折叠成一团，占据了腹腔的大部分空间。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði][plæn][ɒv; əv][ə; eɪ][glænd] .
23 — The plan of a gland .
- — 这 计划 的 一个 腺 .

23 —腺体的平面图。

[ə; eɪ] ['kæriz] [blʌd] [tuː; tə][ðə; ði][glænd][ænd; ənd][viː] [teɪks] [ˌaɪ 'tiː] [ə'weɪ] ['ɑːftə(r)][ðə; ði][glænd][hæz; həz]
a carries blood to the gland and v takes it away after the gland has
一个 携带 血 到 这 腺 和 v 需要 它 离开 后 这 腺 有
['teɪkən] [aʊt] [wɒt] [ˌaɪ 'tiː] [niːdz] .
taken out what it needs .
已采取 出去 什么 它 需求 .

a 血管将血液输送到腺体，v 血管在腺体吸收所需物质后将血液带走。

[ɒn] [ðə; ði] [raɪt] [saɪd] [ðə; ði] [tɒp] [ɒv; əv] [ðə; ði] [glænd] [hæz; həz] [biːn] [kʌt] [ɒf] .
On the right side the top of the gland has been cut off .
在 这 正确的 边 这 顶部 的 这 腺 有 到过 切 离开 .

右侧腺体顶部已被切除。

[ðə; ði] [glændz] [ɔː(r)] [dʒuːs] [m'eɪkəz] . — [ə; eɪ] [glænd] [ɪz] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [tjuːb] [kləʊzd] [æt; ət] [wʌn] [end] ,
The Glands or Juice Makers . — A gland is a little tube closed at one end ,
这 腺体 或者 汁 创客 . — 一个 腺 是 一个 小的 管子 关闭 在 一 结尾 ,

腺体或汁液制造器——腺体是一端封闭的小管状物，

[ɔː(r)][ə; eɪ] [bʌntʃ] [ɒv; əv] [sʌtʃ] [tjuːbz] , [wɪtʃ]
or a bunch of such tubes , which
或者 一个 束 的 这样的 管子 , 哪个

或者一堆这样的管子，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 48]
[页 -]

[第48页]

[kæn; kən] [teɪk] ['sʌmθɪŋ] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ][dʒuːs] .
can take something out of the blood and make it into a juice .
能 拿 某物 出去 的 这 血 和 制作 它 进入 一个 汁 .

可以从血液中提取某些物质并将其制成汁液。

[ə; eɪ][glænd]['ʌndə(r)] [iːtʃ] [ɪə(r)][ænd; ənd][fɔː(r)] ['ʌðə(r)z] [nɪə(r)][ðə; ði] [tʌŋ] [meɪk] [ðə; ði][dʒuːs] [kɔːld]

A	gland	under	each	ear	and	four	others	near	the	tongue	make	the	juice	called
一个	腺	在下面	每个	耳朵	和	四	其他的	靠近	这	舌头	制作	这	汁	称为

[səˈlaɪvə] [wɪtʃ] [fləʊz] ['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ] [θruː] [tjuːbz] .

saliva	which	flows	into	the	mouth	through	tubes	.
唾液	哪个	流量	进入	这	嘴	通过	管子	.

每只耳朵下方各有一个腺体，舌头附近还有四个腺体，它们分泌唾液，唾液通过管道流入口腔。

[ə; eɪ] [lɒŋ] , [flæt] , [pɪŋk] [glænd] [bæk] [ɒv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] ['swiːtbred] [ɔː(r)] ['pæŋkriəs]

A	long	,	flat	,	pink	gland	back	of	the	stomach	is	called	the	sweetbread	or	pancreas
一个	长的	,	平坦的	,	粉色的	腺	后退	的	这	胃	是	称为	这	甜面包	或者	胰腺

.

:

.

胃后部有一个长而扁平的粉红色腺体，称为甜面包或胰腺。

[ðɪs] [ænd; ənd][ə; eɪ] [lɑːdʒ] [braʊn] [glænd] , [ðə; ði]['lɪvə(r)] , ['empti] [ðeə(r)][dʒuːs]['ɪntuː][ðə; ði] [ɪn'testɪn] .

This	and	a	large	brown	gland	,	the	liver	,	empty	their	juices	into	the	intestines	.
这	和	一个	大的	棕色的	腺	,	这	肝	,	空的	他们的	果汁	进入	这	肠子	.

这个器官和一个棕色的大腺体——肝脏，会将它们的汁液排入肠道。

[ðə; ði] [həʊl] ['ɪnə(r)] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] [ɪn'testɪn] [ɪz] [laɪnd] [wɪð] ['taɪni] [tjuːbz] ,

The	whole	inner	surface	of	the	stomach	and	intestines	is	lined	with	tiny	tubes	,
这	所有的	内	表面	的	这	胃	和	肠子	是	衬里	和	微小的	管子	,

[ðə; ði][glændz] .

the	glands	.
这	腺体	.

胃和肠的整个内表面都衬有细小的管道，即腺体。

[ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv] [ðiːz] [wɪð] [ðæt] [ɒv; əv][ðə; ði]['ʌðə(r)] [glændz]['sɔfən, 'sɔː-][ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd] [meɪks]

The	juice	of	these	with	that	of	the	other	glands	softens	the	food	and	makes
这	汁	的	这些	和	那	的	这	其他	腺体	软化	这	食物	和	制作

[ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ə; eɪ]['lɪkwɪd] .

it	into	a	liquid	.
它	进入	一个	液体	.

这些腺体的汁液与其他腺体的汁液一起，可以软化食物，使其变成液体。

[ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv][ðə; ði] [maʊθ] . — [ðə; ði] [maʊθ] [hæz; həz] [θriː] [θɪŋz] [tuː; tə][duː; də] :

The	Work	of	the	Mouth	.	—	The	mouth	has	three	things	to	do	:
这	工作	的	这	嘴	.	—	这	嘴	有	三	事物	到	做	:

口舌的功能——口舌有三件事要做：

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [breɪk] [ðə; ði] [lʌmps] [ɒv; əv] [fuːd] ['ɪntuː] [faɪn] ['bɪts][səʊ][ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [wel] [wet] [wɪð]

It	should	break	the	lumps	of	food	into	fine	bits	so	it	can	be	well	wet	with
它	应该	休息	这	肿块	的	食物	进入	美好的	比特	所以	它	能	是	出色地	湿的	和

[ðə; ði] ['slɪpəri] ['fluːɪd] [kɔːld] [sə'laɪvə][ænd; ənd]['ɔːlsəʊ] ['iːzəli] [swˈbləʊd] .

the	slippery	fluid	called	saliva	and	also	easily	swallowed	.
这	滑	体液	称为	唾液	和	还	容易地	吞咽	.

它应该能将大块食物打碎成细小的碎片，这样就能被唾液这种滑溜的液体充分润湿，也更容易被吞咽。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][rəʊl][ðə; ði] [fuːd] [əˈbaʊt] [səʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [səʊkt] [wɪð] [sə'laɪvə] .

It	must	roll	the	food	about	so	that	it	gets	soaked	with	saliva	.
它	必须	卷	这	食物	关于	所以	那	它	获得	浸泡过	和	唾液	.

它必须翻滚食物，使其充分吸收唾液。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][həʊld][ðə; ði] [fuːd] [lɒŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][get] [mʌtʃ] [teɪst] [frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː][bɪ'kəz; bɪ'kɒz]

It	must	hold	the	food	long	enough	to	get	much	taste	from	it	because
它	必须	抓住	这	食物	长的	足够的	到	得到	很多	品尝	从	它	因为

[ðɪs] [stɑːrts][ðə; ði][dʒuːs][tuː; tə]

this	starts	the	juices	to
这	开始	这	果汁	到

食物必须保温足够长的时间才能充分入味，因为这样才能让汁液渗出。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 49]
[页 -]

[第49页]

['fləʊɪŋ] ['ɪntuː][ðə; ði] ['stʌmək] .
flowing into the stomach .
流动 进入 这 胃 .

流入胃部。

[fuːd] [gɪvz] [aʊt] [ɪts] [teɪst] ['əʊnli]['ɑːftə(r)][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tʃeɪndʒd] [tuː; tə][ə; eɪ]['lɪkwɪd] .
Food gives out its taste only after it is changed to a liquid .
食物 给予 出去 它是 品尝 仅有的 后 它 是 已更改 到 一个 液体 .

食物只有变成液体后才能散发出味道。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] [nɒt][biː; bi] [wɒʃt] [daʊn] [wɪð] ['wɔːtə(r)] , [æz; əz] [ðɪs] ['wiːkən] [ðə; ði][dʒuːs][ɪn][ðə; ði]
It should not be washed down with water , as this weakens the juices in the
它 应该 不是 是 洗过 向下 和 水 , 作为 这 减弱 这 果汁 在 这
['stʌmək] .
stomach .
胃 .

不应用水送服，因为这会削弱胃液的作用。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] [θriː] [glændz] [wɪtʃ] [meɪk] [ðə; ði][sə'laɪvə][fɔː(r); fə(r)] ['æktɪŋ] [ɒn][ðə; ði] [fuːd] [ɪn][ðə; ði] [maʊθ]
24 — The three glands which make the saliva for acting on the food in the mouth
- — 这 三 腺体 哪个 制作 这 唾液 为了 表演 在 这 食物 在 这 嘴
.
:
.

24 — 分泌唾液以作用于口腔食物的三块腺体。

[nəʊ] [fuːd] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [swˈbləʊd] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['brəʊkən]['ɪntuː]['bɪts] ['nɪəli] [æz; əz] [smɔːl] [æz; əz][ðə; ði]
No food should be swallowed until it is broken into bits nearly as small as the
不 食物 应该 是 吞咽 直到 它 是 破碎的 进入 比特 几乎 作为 小的 作为 这
[hed] [ɒv; əv][ə; eɪ][pɪn] .
head of a pin .
头 的 一个 别针 .

食物必须先被嚼碎成针尖大小的碎片才能吞咽。

[sʌm; səm] [fuːdz] , [sʌtʃ] [æz; əz] [tʃiːz] , [bə'nɑːnəz] , [ænd; ənd] [nʌts] , [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [meɪd] ['iːv(ə)n] [faɪnə]
Some foods , such as cheese , bananas , and nuts , should be made even finer
一些 食物 , 这样的 作为 奶酪 , 香蕉 , 和 坚果 , 应该 是 制成 甚至 更精细
[ðæn; ðən] [ðɪs] .
than this .
比 这 .

有些食物，例如奶酪、香蕉和坚果，需要加工得比这更精细。

[ðeə(r)] [ɪz] ['nʌθɪŋ] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [tuː; tə] [krʌʃ] [tuː; tə] ['piːsɪz] [lɑːdʒ] [lʌmps] [ɒv; əv] [fuːd] .
There is nothing in the stomach to crush to pieces large lumps of food .
那里 是 没有什么 在 这 胃 到 压碎 到 件 大的 肿块 的 食物 .

胃里没有任何东西可以把大块的食物碾碎。

[ðə; ði]
The
这

这

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 50]
[页 -]

[第50页]

[dʒuːs][ɒv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [kæn; kən][duː; də][ðeə(r)] [fʊl] [wɜːk] ['əʊnli] [wen] [ðə; ði] [fuːd] [ɪz] [wel] [tʃuː]
juices of the stomach can do their full work only when the food is well chewed
果汁 的 这 胃 能 做 他们的 满的 工作 仅有的 什么时候 这 食物 是 出色地 咀嚼
[ɪn][ðə; ði] [maʊθ] .
in the mouth .
在 这 嘴 .

只有食物在口腔中充分咀嚼后，胃液才能充分发挥作用。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['tʃesnʌt] [tʃuː] [ə; eɪ][hɑːf] ['mɪnɪt] [baɪ][ə; eɪ] [bɔɪ] [huː] [hæd; həd]
25 — Photograph of a chestnut chewed a half minute by a boy who had
- — 照片 的 一个 板栗 咀嚼 一个 一半 分钟 经过 一个 男生 WHO 有
[pɔː(r); pʊə(r)] [tiːθ] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][hiː; hi][hæd; həd][nɒt] ['teɪkən][keə(r)][ɒv; əv][ðem; ðəm] .
poor teeth because he had not taken care of them .
贫穷的 牙齿 因为 他 有 不是 已采取 关心 的 他们 .

25 —一张照片显示，一个男孩因为没有好好保护牙齿，导致牙齿不好，他咀嚼了半分钟的栗子。

[ðə; ði] [lʌmps] [ɑː(r); ə(r)][səʊ] [lɑːdʒ] [ðæt] [ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] [kʊd; kəd][nɒt] [dɪ'zɒlv]
The lumps are so large that the juices of the stomach could not dissolve
这 肿块 是 所以 大的 那 这 果汁 的 这 胃 可以 不是 溶解
[ðem; ðəm] .
them .
他们 .

这些肿块太大了，胃液无法将其溶解。

[ðə; ði] ['tʃuːɪŋ] [ɒv; əv] [fuːd] [kiːps] [ə'weɪ] ['sɪknəs] . — [bred] , [miːt] ,
The Chewing of Food keeps away Sickness . — Bread , meat ,
这 咀嚼 的 食物 保持 离开 疾病 . — 面包 , 肉 ,

咀嚼食物能预防疾病。——面包、肉类、

[ænd; ənd] [pə'teɪtəʊz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kʌt] ['ɪntuː] ['piːsɪz] [nəʊ]['lɑːdʒə(r)][ðæn; ðən][hɑːf][ðə; ði][saɪz][ɒv; əv]
and potatoes should be cut into pieces no larger than half the size of
和 土豆 应该 是 切 进入 件 不 更大的 比 一半 这 尺寸 的
[jɔː(r); jə(r)] [θʌm] [ænd; ənd] [iːtʃ] [piːs] [pʊt] ['seprətli] ['ɪntuː][jɔː(r); jə(r)] [maʊθ] [wɪð] [ə; eɪ] [fɔːk] .
your thumb and each piece put separately into your mouth with a fork .
你的 拇指 和 每个 片 放 分别地 进入 你的 嘴 和 一个 叉 .

土豆应该切成不超过拇指一半大小的块，每一块都用叉子单独放入口中。

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] [ðen] [biː; bi] [tʃuː] [frɒm; frəm] ['twenti] [tuː; tə] ['θɜːti] [taɪmz] [bɪ'fɔː(r)] [ə'nʌðə(r)] [piːs] [ɪz]
It should then be chewed from twenty to thirty times before another piece is
它 应该 然后 是 咀嚼 从 二十 到 三十 时代 前 其他 片 是
[pʊt]['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ] .
put into the mouth .
放 进入 这 嘴 .

然后应该咀嚼二十到三十次，再将另一块放入口中。

[fuːd] ['triːtɪd] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] [wɪl] [nɒt] [kɔːz] ['hedeɪk] [ɔː(r)][ə; eɪ] ['sɪknəs] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [kɔːld]
Food treated in this way will not cause headache or a sickness in the stomach called
食物 治疗 在 这 方式 将要 不是 原因 头痛 或者 一个 疾病 在 这 胃 称为
[ˌɪndɪ'dʒestʃən][ɔː(r)] [dɪs'pepsiə] .
indigestion or dyspepsia .
消化不良 或者 消化不良 .

用这种方法处理过的食物不会引起头痛或胃部不适，也就是消化不良或胃病。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [ðæt] [ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)][səʊ] ['meni] [p'ɜːsənz] [wɪð] [ðɪs] [kaɪnd][ɒv; əv] ['sɪknəs] [ðæt] [mɔː(r)]

It	is	said	that	there	are	so	many	persons	with	this	kind	of	sickness	that	more
它	是	说	那	那里	是	所以	许多	人	和	这	种类	的	疾病	那	更多的

[ðæn; ðən] $5 ,

than	$5	,
比	$5	,

据说患有这种疾病的人很多，以至于超过5000万美元。

- , - [ɑː(r); ə(r)] [spent] ['evri] [jɪə(r)][fɔː(r); fə(r)]['medsn; 'medɪsn][tuː; tə] [help] [ðem; ðəm] .

000	,	000	are	spent	every	year	for	medicine	to	help	them	.
-	,	-	是	花费	每一个	年	为了	药品	到	帮助	他们	.

每年花费数千万美元用于治疗他们的疾病。

[tuː] ['lɪt(ə)l] ['tʃuːɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] [waɪl] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [jʌŋ] [meɪ] [nɒt] [kɔːz] ['meni] [eɪks] [ɔː(r)]

Too	little	chewing	of	the	food	while	you	are	young	may	not	cause	many	aches	or
也	小的	咀嚼	的	这	食物	尽管	你	是	年轻的	可能	不是	原因	许多	疼痛	或者

[peɪnz] ,

pains	,
疼痛	,

儿童时期咀嚼食物不足可能不会引起太多疼痛，

[bʌt; bət] [ɪf] [juː; jʊ] [fɔːm] [ðə; ði]['hæbɪt][ɒv; əv]['ræpɪd] ['iːtɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][hɑːd][tuː; tə] [lɜːn] [tuː; tə] [iːt] ['sləʊli] .

but	if	you	form	the	habit	of	rapid	eating	it	is	hard	to	learn	to	eat	slowly	.
但	如果	你	形式	这	习惯	的	迅速的	吃	它	是	难的	到	学习	到	吃	缓慢地	.

但是，如果你养成了狼吞虎咽的习惯，就很难学会慢吃。

[nəʊ][wʌn] [huː] [tʃuːz] [hɪz; ɪz] [fuːd] ['pɔːli; 'pʊəli][kæn; kən] [ə'vɔɪd] ['sɪknəs] [lɒŋ] [ɔː(r)] [grəʊ] [wel] [ænd; ənd]

No	one	who	chews	his	food	poorly	can	avoid	sickness	long	or	grow	well	and
不	一	WHO	咀嚼	他的	食物	差	能	避免	疾病	长的	或者	生长	出色地	和

[strɒŋ] .

strong	.
强的	.

咀嚼不充分的人很难长期避免生病，也难以健康强壮地成长。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['tʃesnʌt] [tʃuː] [ə; eɪ][hɑːf] ['mɪnɪt] [baɪ][ə; eɪ] [bɔɪ] [wɪð] [gʊd] [tiːθ] .

26	—	Photograph	of	a	chestnut	chewed	a	half	minute	by	a	boy	with	good	teeth	.
-	—	照片	的	一个	板栗	咀嚼	一个	一半	分钟	经过	一个	男生	和	好的	牙齿	.

26 —一张照片，照片中一个牙齿很好的男孩咀嚼了半分钟的栗子。

[ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv][ðə; ði] ['stʌmək] . — [wen] [ðə; ði] [fuːd] [ɪz] [swˈbləʊd] , [ˌaɪ 'tiː] ['pɑːsɪz] [θruː] [ðə; ði]

The	Work	of	the	Stomach	.	—	When	the	food	is	swallowed	,	it	passes	through	the
这	工作	的	这	胃	.	—	什么时候	这	食物	是	吞咽	,	它	通过	通过	这

['gʌlɪt] ['ɪntuː][ðə; ði] ['stʌmək] .

gullet	into	the	stomach	.
食道	进入	这	胃	.

胃的工作——食物被吞咽后，会通过食道进入胃。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	51	]
[	页	-	]

[第51页]

[ðɪs] [ɪz][ə; eɪ][sæk] ['həʊldɪŋ] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] [kwɔːt] ([fɪg] . -) .

This	is	a	sac	holding	more	than	a	quart	(	Fig	.	27	)	.
这	是	一个	囊	保持	更多的	比	一个	夸脱	(	如图	.	-	)	.

这是一个容量超过一夸脱的囊（图 27）。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [meɪd] [ɒv; əv][æn; ən][ˈaʊtə(r)] [wɔːl] [ɒv; əv] [ˈmʌs(ə)l] [ænd; ənd][æn; ən] [ˈɪnə(r)] [ˈskɪnˌlaɪk] [kəʊt] [fʊl]

It	is	made	of	an	outer	wall	of	muscle	and	an	inner	skinlike	coat	full
它	是	制成	的	一个	外	墙	的	肌肉	和	一个	内	类皮肤	外套	满的

[ɒv; əv][ˈtaɪni] [tjuːbz] [kɔːld] [ˈgæstrɪk][glændz] .

of	tiny	tubes	called	gastric	glands	.
的	微小的	管子	称为	胃	腺体	.

它由外层的肌肉壁和内层的皮肤状层构成，内层皮肤状层中充满了称为胃腺的微小管道。

[mˈɪliənz] [ɒv; əv] [ðiːz] [gɪv] [aʊt] [drɒp] [baɪ] [drɒp] [ə; eɪ] [ˈwɔːtəri] [ˈfluːɪd] [nemd] [ˈgæstrɪk][dʒuːs] .

Millions	of	these	give	out	drop	by	drop	a	watery	fluid	named	gastric	juice	.
百万	的	这些	给	出去	降低	经过	降低	一个	水状的	体液	命名	胃	汁	.

其中数百万个细胞一滴一滴地分泌出一种叫做胃液的水状液体。

[ðɪs] [dʒuːs] [bɪˈgɪnz] [tuː; tə] [fləʊ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] [wiː; wi] [smel] [ɔː(r)] [teɪst] [fuːd] [ænd; ənd] [kənˈtɪnjuːz]

This	juice	begins	to	flow	as	soon	as	we	smell	or	taste	food	and	continues
这	汁	开始	到	流动	作为	很快	作为	我们	闻	或者	品尝	食物	和	继续

[tuː; tə] [drɒp] [aʊt] [æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz] [ðeə(r)] [ɪz] [ˈeni] [fuːd] [ɪn] [ðə; ði] [ˈstʌmək] .

to	drop	out	as	long	as	there	is	any	food	in	the	stomach	.
到	降低	出去	作为	长的	作为	那里	是	任何	食物	在	这	胃	.

当我们闻到或尝到食物时，这种汁液就开始流出，只要胃里还有食物，这种汁液就会持续流出。

[ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈgæstrɪk] [dʒuːs] [ɪz] [tuː; tə] [help] [tʃeɪndʒ] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [fuːd] [ˈɪntuː] [ə; eɪ] [mɔː(r)]

The	use	of	the	gastric	juice	is	to	help	change	part	of	the	food	into	a	more
这	使用	的	这	胃	汁	是	到	帮助	改变	部分	的	这	食物	进入	一个	更多的

[ˈwɔːtəri] [ˈfluːɪd] .

watery	fluid	.
水状的	体液	.

胃液的作用是帮助将部分食物转化为更稀的液体。

[tuː; tə] [duː; də] [ðɪs] [ˌaɪ ˈtiː] [mʌst; məst] [biː; bi] [wel] [mɪkst] [wɪð] [ðə; ði] [fuːd] .

To	do	this	it	must	be	well	mixed	with	the	food	.
到	做	这	它	必须	是	出色地	混合	和	这	食物	.

为此，必须将其与食物充分混合。

[ðɪs] [ˈmɪksɪŋ] [ɪz] [dʌn] [baɪ] [ðə; ði] [ˈmʌs(ə)lz] [ɪn] [ðə; ði] [ˈaʊtə(r)] [wɔːl] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈstʌmək] ([fɪg] . -) .

This	mixing	is	done	by	the	muscles	in	the	outer	wall	of	the	stomach	(	Fig	.	29	)	.
这	混合	是	完毕	经过	这	肌肉	在	这	外	墙	的	这	胃	(	如图	.	-	)	.

这种混合是由胃外壁的肌肉完成的（图 29）。

[ðeɪ] [skwiːz] [təˈgeðə(r)] [ænd; ənd] [ðen] [ˈluːs(ə)n] [ʌp] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [æz; əz] [tuː; tə] [muːv] [ðə; ði] [fuːd]

They	squeeze	together	and	then	loosen	up	in	such	a	way	as	to	move	the	food
他们	挤	一起	和	然后	松开	向上	在	这样的	一个	方式	作为	到	移动	这	食物

[əˈbaʊt] [ænd; ənd] [tɜːn] [ˌaɪ ˈtiː][ˈəʊvə(r)] [ʌnˈtɪl] [ˈevri] [ˈpɑːtɪk(ə)l][ɪz] [wet] [əˈgen] [ænd; ənd] [əˈgen] [wɪð] [ðə; ði]

about	and	turn	it	over	until	every	particle	is	wet	again	and	again	with	the
关于	和	转动	它	超过	直到	每一个	粒子	是	湿的	再次	和	再次	和	这

[ˈgæstrɪk][dʒuːs] .

gastric	juice	.
胃	汁	.

它们相互挤压，然后松开，从而搅动食物，使其翻动，直到每一粒食物都被胃液反复润湿。

[haʊ] [lɒŋ] [fuːd] [steɪz] [ɪn][ðə; ði] [ˈstʌmək] . — [ə; eɪ] [rɪŋ] [ɒv; əv] [ˈmʌs(ə)l] [əˈraʊnd] [ðə; ði] [end] [ɒv; əv] [ðə; ði]

How	long	Food	stays	in	the	Stomach	.	—	A	ring	of	muscle	around	the	end	of	the
如何	长的	食物	停留	在	这	胃	.	—	一个	戒指	的	肌肉	大约	这	结尾	的	这

[ˈstʌmək] [kiːps] [ðə; ði] [fuːd] [frɒm; frəm] [ɪˈskeɪpɪŋ] [ʌnˈtɪl] [ˌaɪ ˈtiː][hæz; həz] [bɪˈkʌm] [ə; eɪ] [θɪn] [ˈgreɪɪʃ]

stomach	keeps	the	food	from	escaping	until	it	has	become	a	thin	grayish
胃	保持	这	食物	从	逃脱	直到	它	有	变得	一个	薄的	灰蒙蒙的

[ˈlɪkwɪd] .

liquid	.
液体	.

食物在胃里停留的时间——胃末端的一圈肌肉会阻止食物逸出，直到食物变成稀薄的灰白色液体。

[ðə; ði] ['stʌmək] [kæn; kən] ['fɪnɪʃ] [ɪts] [wɜːk] [ɒn][sʌm; səm][kaɪndz][ɒv; əv] [fuːd] [ɪn][wʌn][ɔː(r)] [tuː] ['aʊəz] .

The	stomach	can	finish	its	work	on	some	kinds	of	food	in	one	or	two	hours	.
这	胃	能	结束	它是	工作	在	一些	种类	的	食物	在	一	或者	二	小时	.

胃可以在一到两个小时内消化某些类型的食物。

[wɪð] ['ʌðə(r)] [fuːdz] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst] [wɜːk] [fɔː(r)][ɔː(r)] [faɪv] ['aʊəz] .

With	other	foods	it	must	work	four	or	five	hours	.
和	其他	食物	它	必须	工作	四	或者	五	小时	.

与其他食物一起食用，需要四到五个小时才能起效。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	52	]
[	页	-	]

[第52页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	53	]
[	页	-	]

[第53页]

[ðə; ði] ['stʌmək] [kæn; kən] ['fɪnɪʃ] [ɪts] [wɜːk] [ɒn] [sɒft] [bɔɪld] [egz] , [mɪlk] , ['rəʊstɪd] [pə'teɪtəʊz] ,

The	stomach	can	finish	its	work	on	soft	boiled	eggs	,	milk	,	roasted	potatoes	,
这	胃	能	结束	它是	工作	在	柔软的	煮沸	鸡蛋	,	牛奶	,	烤	土豆	,

胃可以消化半熟的鸡蛋、牛奶和烤土豆。

[ænd; ənd] [brɔɪld] [læm] [wɪ'ðɪn] [tuː] ['aʊəz] .

and	broiled	lamb	within	two	hours	.
和	烤制	羊肉	之内	二	小时	.

两个小时内就烤好了羊肉。

[wɪð] [pɔːk] , [viːl] , ['kæbɪdʒ] , [ænd; ənd] [fraɪd] [pə'teɪtəʊz] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst] [wɜːk] [fɔː(r)][ɔː(r)] [faɪv] ['aʊəz] .

With	pork	,	veal	,	cabbage	,	and	fried	potatoes	it	must	work	four	or	five	hours	.
和	猪肉	,	小牛肉	,	卷心菜	,	和	油煎	土豆	它	必须	工作	四	或者	五	小时	.

配上猪肉、小牛肉、卷心菜和炸土豆，需要熬制四五个小时。

[wen] [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n][ɪz] [sɪk] [ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz] [wiːk] ,

When	a	person	is	sick	the	stomach	is	weak	,
什么时候	一个	人	是	生病的	这	胃	是	虚弱的	,

人生病时，胃部会变得虚弱。

[ænd; ənd][hiː; hi] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv]['əʊnli][ðə; ði] [fuːd] [wɪtʃ] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] ['stʌmək] [ðə; ði] [liːst] [wɜːk] .

and	he	should	have	only	the	food	which	causes	the	stomach	the	least	work	.
和	他	应该	有	仅有的	这	食物	哪个	原因	这	胃	这	至少	工作	.

他应该只吃那些对胃负担最小的食物。

[ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv][ðə; ði] [ɪn'testɪn] . — [ðə; ði][lɑːst] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [wɜːk] [ɪn] ['getɪŋ] [ðə; ði] [fuːd]

The	Work	of	the	Intestines	.	—	The	last	part	of	the	work	in	getting	the	food
这	工作	的	这	肠子	.	—	这	最后的	部分	的	这	工作	在	获得	这	食物

['redi] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [blʌd] [ɪz] [dʌn] [ɪn][ðə; ði] [lɒŋ] ['fəʊldɪd] [tjuːb] [nəʊn] [æz; əz][ðə; ði] [ɪn'testɪn] ([fɪg]

ready	for	the	blood	is	done	in	the	long	folded	tube	known	as	the	intestine	(	Fig
准备好	为了	这	血	是	完毕	在	这	长的	折叠	管子	已知	作为	这	肠	(	如图

. -) .

.	27	)	.
.	-	)	.

肠道的工作——将食物准备好输送到血液的最后一部分工作是在被称为肠道的长而折叠的管道中完成的（图 27）。

[hɪə(r)] [dʒuːs] ['kʌmɪŋ] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['pæŋkrɪəs] [ænd; ənd]['lɪvə(r)][mɪks] [wɪð] [ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd]

Here	juices	coming	from	the	pancreas	and	liver	mix	with	the	food	and
这里	果汁	未来	从	这	胰腺	和	肝	混合	和	这	食物	和

[tʃeɪndʒ] ['ɪntuː][ə; eɪ]['lɪkwɪd] [ðəʊz] [pɑːts] [nɒt] ['æktɪd] [ɒn][ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] .

change	into	a	liquid	those	parts	not	acted	on	in	the	stomach	.
改变	进入	一个	液体	那些	部分	不是	行动	在	在	这	胃	.

在这里，来自胰腺和肝脏的汁液与食物混合，并将胃中未处理的部分转化为液体。

[ðə; ði] [ɪn'testɪn] [dʌz] [kwaɪt] [æz; əz] [mʌtʃ] [wɜːk] [æz; əz] [ðə; ði] ['stʌmək] .

The	intestine	does	quite	as	much	work	as	the	stomach	.
这	肠	做	相当	作为	很多	工作	作为	这	胃	.

肠道的工作量与胃不相上下。

['sʌmtaɪmz] [wen] [ðə; ði] ['stʌmək] [ɪz] [sɪk] ,

Sometimes	when	the	stomach	is	sick	,
有时	什么时候	这	胃	是	生病的	,

有时胃不舒服的时候，

[tuː] [mʌtʃ] [wɜːk] [ɪz] [pʊt] [ɒf] [ɒn] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] [ænd; ənd] [ðen] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [sɪk] [ænd; ənd] [gɪv]

too	much	work	is	put	off	on	the	intestines	and	then	they	become	sick	and	give
也	很多	工作	是	放	离开	在	这	肠子	和	然后	他们	变得	生病的	和	给

[mʌtʃ] [peɪn] .

much	pain	.
很多	疼痛	.

肠道负荷过重，就会生病，造成剧烈疼痛。

[ðə; ði] [paɪnt] [ɒv; əv] ['wɔːtəri] ['fluːɪd] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['pæŋkriəs] [ænd; ənd] [ðə; ði] [kwɔːt] [ɒv; əv] ['griːnɪʃ]

The	pint	of	watery	fluid	from	the	pancreas	and	the	quart	of	greenish
这	品脱	的	水状的	体液	从	这	胰腺	和	这	夸脱	的	绿绿色

['jeləʊ] ['fluːɪd] [kɔːld] [baɪl] ['gɪv(ə)n] [aʊt] [baɪ] [ðə; ði] ['lɪvə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['kærid] [θruː] [tuː] [tjuːbz] ['ɪntuː] [ðə; ði]

yellow	fluid	called	bile	given	out	by	the	liver	are	carried	through	two	tubes	into	the
黄色的	体液	称为	胆汁	给定	出去	经过	这	肝	是	携带	通过	二	管子	进入	这

[ɪn'testɪn] ([fɪg] . -) .

intestine	(	Fig	.	27	)	.
肠	(	如图	.	-	)	.

胰腺分泌的一品脱水状液体和肝脏分泌的一夸脱黄绿色液体（称为胆汁）通过两根管道进入肠道（图 27）。

[tuː; tə] [mɪks] [ðiːz] [dʒuːs] [wɪð] [ðə; ði] [fuːd] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] [ɪz] ['biːɪŋ] [swʌŋ] ['dʒentli] [bæk] [ænd; ənd]

To	mix	these	juices	with	the	food	the	intestine	is	being	swung	gently	back	and
到	混合	这些	果汁	和	这	食物	这	肠	是	存在	摇摆	轻轻地	后退	和

[fɔːθ] [ænd; ənd] [ðə; ði] [wɔːlz] [skwiːzd] [tə'geðə(r)] [baɪ] ['mʌs(ə)lz] ['fɔːmɪŋ] [ɪts] ['aʊtə(r)] [kəʊt] .

forth	and	the	walls	squeezed	together	by	muscles	forming	its	outer	coat	.
前进	和	这	墙壁	挤压	一起	经过	肌肉	成型	它是	外	外套	.

为了将这些汁液与食物混合，肠道轻轻地来回摆动，肠道壁由构成其外层的肌肉挤压在一起。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] [hæz; həz] ['fɪnɪʃt] [ɪts] [wɜːk] [ðə; ði] [fuːd] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] ['entə(r)] [ðə; ði]

As	soon	as	the	intestine	has	finished	its	work	the	food	begins	to	enter	the
作为	很快	作为	这	肠	有	完成的	它是	工作	这	食物	开始	到	进入	这

[blʌd] .

blood	.
血	.

肠道完成消化工作后，食物就开始进入血液。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['ɔːrgənz] [wɪtʃ] [get] [ðə; ði] [fuːd] ['redi] [tuː; tə] ['entə(r)] [ðə; ði] [blʌd] .

27	—	The	organs	which	get	the	food	ready	to	enter	the	blood	.
-	—	这	器官	哪个	得到	这	食物	准备好	到	进入	这	血	.

27 —使食物做好进入血液准备的器官。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['ʃəʊɪŋ] [haʊ] [ðə; ði] [fuːd] [ɪn][ðə; ði][dɒg][ɪz] ['kærid] [frɒm; frəm][ðə; ði] [ɪn'testɪn] [tuː; tə][ðə; ði]['lɪvə(r)]
28 — Showing how the food in the dog is carried from the intestine to the liver
- — 显示 如何 这 食物 在 这 狗 是 携带 从 这 肠 到 这 肝
[ænd; ənd] [hɑːt] .
and heart .
和 心 .

28 — 展示了狗体内的食物如何从肠道输送到肝脏和心脏。

[ðə; ði] [waɪt] [tjuːbz] ['kæri] [ðə; ði][fæts][ʌp][tuː; tə][ðə; ði][veɪn][ɪn][ðə; ði] [nek] ,
The white tubes carry the fats up to the vein in the neck ,
这 白色的 管子 携带 这 脂肪 向上 到 这 静脉 在 这 脖子 ,

这些白色导管将脂肪输送到颈部的静脉。

[ænd; ənd][ðə; ði] [dɑːk] [tjuːbz] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [veɪns] ['kæri] [ðə; ði]['ʌðə(r)] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] [tuː; tə]
and the dark tubes which are veins carry the other part of the food to
和 这 黑暗的 管子 哪个 是 静脉 携带 这 其他 部分 的 这 食物 到
[ðə; ði]['lɪvə(r)] .
the liver .
这 肝 .

而那些黑色的管道，也就是静脉，则将食物的另一部分输送到肝脏。

[haʊ] [fuːd] [gets]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] . — [æn; ən]['aʊə(r)][ɔː(r)] [tuː] ['ɑːftə(r)] [fuːd] [hæz; həz] ['entəd] [ðə; ði]
How Food gets into the Blood . — An hour or two after food has entered the
如何 食物 获得 进入 这 血 . — 一个 小时 或者 二 后 食物 有 进入 这
[ɪn'testɪn] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['ɔːlməʊst][æz; əz] [θɪn] [ə; eɪ]['fluːɪd][æz; əz] [mɪlk] .
intestine it is almost as thin a fluid as milk .
肠 它 是 几乎 作为 薄的 一个 体液 作为 牛奶 .

食物如何进入血液——食物进入肠道一两个小时后，血液几乎像牛奶一样稀薄。

[m'ɪliənz] [ɒv; əv]['taɪni] ['fɪŋgəˌlaɪk]
Millions of tiny fingerlike
百万 的 微小的 手指状

数百万个细小的指状细胞

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 54]
[页 -]

[第54页]

[grəʊθ] [stɪk] [aʊt] [frɒm; frəm][ðə; ði]['ɪnə(r)] [saɪd][ɒv; əv][ðə; ði] [ɪn'testɪn] [ænd; ənd] [drɪŋk] [ɪn][ðə; ði]
growths stick out from the inner side of the intestines and drink in the
增长 戳 出去 从 这 内 边 的 这 肠子 和 喝 在 这
['wɔːtəri] [fuːd] .
watery food .
水状的 食物 .

肠道内壁长出赘生物，吸收其中的水分。

[ðiːz] ['lɪt(ə)l] ['fɪŋgəz] [fɔː(r); fə(r)] ['drɪŋkɪŋ] [ʌp] [ðə; ði] [fuːd] [ɑː(r); ə(r)] ['skeəsli] [wʌn] [fɔːθ] [æz; əz] [lɑːdʒ]
These little fingers for drinking up the food are scarcely one fourth as large
这些 小的 手指 为了 喝 向上 这 食物 是 几乎 一 第四 作为 大的
[æz; əz][ðə; ði] [pɔɪnt] [ɒv; əv][ə; eɪ]['pensə)l] .
as the point of a pencil .
作为 这 观点 的 一个 铅笔 .

这些用来喝食物的小手指只有铅笔尖的四分之一粗。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] ['vɪlaɪ; 'vɪliː] .
They are called villi .
他们 是 称为 绒毛 .

它们被称为绒毛。

[ðə; ði]['vɪlaɪ; 'vɪli:][ɑ:(r); ə(r)] [fɪld] [wɪð] [blʌd] [tju:bz] ['hævɪŋ] [θɪn] [wɔ:lz] .

The	villi	are	filled	with	blood	tubes	having	thin	walls	.
这	绒毛	是	已填	和	血	管子	拥有	薄的	墙壁	.

绒毛内充满了壁很薄的血管。

[ðə; ði] [fu:d] ['pɑ:sɪz] [θru:] [ði:z] [wɔ:lz] ['ɪntu:][ðə; ði] [blʌd] [stri:m] .

The	food	passes	through	these	walls	into	the	blood	stream	.
这	食物	通过	通过	这些	墙壁	进入	这	血	溪流	.

食物穿过这些细胞壁进入血液。

[mʌtʃ] [ɒv; əv][ˌaɪ 'ti:] [ðen] [gəʊz] [tu:; tə][ðə; ði]['lɪvə(r)] ,

Much	of	it	then	goes	to	the	liver	,
很多	的	它	然后	去	到	这	肝	,

大部分随后会进入肝脏。

[bʌt; bət][ðə; ði] ['fæti] [pɑ:ts] [fləʊ] [ʌp][ə; eɪ] [tju:b] [ə'lɒŋ] [ðə; ði] ['bækbəʊn] [ænd; ənd] ['empti] ['ɪntu:][ə; eɪ]

but	the	fatty	parts	flow	up	a	tube	along	the	backbone	and	empty	into	a
但	这	脂肪	部分	流动	向上	一个	管子	沿着	这	骨干	和	空的	进入	一个

[blʌd] [tju:b] [ɪn][ðə; ði] [nek] .

blood	tube	in	the	neck	.
血	管子	在	这	脖子	.

但脂肪部分则沿着脊柱向上流动，最终汇入颈部的输血管道。

[frɒm; frəm][ðə; ði] [nek] [ænd; ənd][ðə; ði]['lɪvə(r)][ðə; ði] [fu:d] [gəʊz] [wɪð] [ðə; ði] [blʌd] [tu:; tə][ðə; ði] [hɑ:t]

From	the	neck	and	the	liver	the	food	goes	with	the	blood	to	the	heart
从	这	脖子	和	这	肝	这	食物	去	和	这	血	到	这	心

[wɪtʃ] [sendz] [ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][ɔ:l] [pɑ:ts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

which	sends	it	to	all	parts	of	the	body	.
哪个	发送	它	到	全部	部分	的	这	身体	.

食物从颈部和肝脏经血液输送到心脏，再由心脏输送到身体各个部位。

[wɒt] [ðə; ði]['lɪvə(r)] [dʌz] . — [ðə; ði]['lɪvə(r)][ɪz][ə; eɪ] [dɑ:k] [red] ['bɒdi] ['nɪəli] [æz; əz] [lɑ:dʒ] [æz; əz][ðə; ði]

What	the	Liver	does	.	—	The	liver	is	a	dark	red	body	nearly	as	large	as	the
什么	这	肝	做	.	—	这	肝	是	一个	黑暗的	红色的	身体	几乎	作为	大的	作为	这

['ʌpə(r)] [hɑ:f][ɒv; əv][jɔ:(r); jə(r)] [hed] .

upper	half	of	your	head	.
上	一半	的	你的	头	.

肝脏的功能——肝脏是一个深红色的器官，大小几乎与你头部的上半部分一样大。

[ˌaɪ 'ti:]

It
它

它

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	55	]
[	页	-	]

[第55页]

[laɪz] [dʒʌst] [bɪ'ləʊ] [ðə; ði] ['daɪəfræm] .

lies	just	below	the	diaphragm	.
谎言	只是	以下	这	隔膜	.

位于横膈膜下方。

[ˌaɪ 'ti:] [wɜ:ks] [naɪt] [ænd; ənd] [deɪ] ['helpɪŋ] [tu:; tə] [ki:p] [ðə; ði] ['ɪnə(r)] [pɑ:ts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [kli:n]

It	works	night	and	day	helping	to	keep	the	inner	parts	of	the	body	clean
它	作品	夜晚	和	天	帮助	到	保持	这	内	部分	的	这	身体	干净的

[ænd; ənd][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [di:l] [aʊt] [fu:d] .

and	at	the	same	time	deal	out	food	.
和	在	这	相同的	时间	交易	出去	食物	.

它日夜不停地工作，帮助保持身体内部清洁，同时输送食物。

[ðə; ði]['lɪvə(r)] [teɪks] [sʌm; səm] [weɪst] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [sendz] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] ['ɪntuː][ðə; ði]

The	liver	takes	some	waste	out	of	the	blood	and	sends	it	out	into	the
这	肝	需要	一些	浪费	出去	的	这	血	和	发送	它	出去	进入	这

[ɪn'testɪn] [wɪð] [ðə; ði][baɪl] .

intestine	with	the	bile	.
肠	和	这	胆汁	.

肝脏会从血液中吸收一些废物，并随胆汁将其输送到肠道。

[wen] [ðeə(r)] [ɪz][nəʊ] [fuːd] [ɪn][ðə; ði] [ɪn'testɪn] ,

When	there	is	no	food	in	the	intestine	,
什么时候	那里	是	不	食物	在	这	肠	,

当肠道内没有食物时，

[ðə; ði][baɪl][ɪz][stɔː(r)d] [ʌp][ɪn][ðə; ði][gɔːl] ['blædə(r)]['ʌndə(r)][ðə; ði]['lɪvə(r)] .

the	bile	is	stored	up	in	the	gall	bladder	under	the	liver	.
这	胆汁	是	存储	向上	在	这	瘿	膀胱	在下面	这	肝	.

胆汁储存在肝脏下方的胆囊中。

[ðə; ði]['lɪvə(r)] ['tʃeɪndʒɪz] ['sɜːt(ə)n] [weɪst] ['mætə(r)][ɪn][ðə; ði] [blʌd] ['ɪntuː] [sʌtʃ] [fɔːm] [ðæt] ['ʌðə(r)] ['ɔːrgənz]

The	liver	changes	certain	waste	matter	in	the	blood	into	such	form	that	other	organs
这	肝	变化	肯定	浪费	事情	在	这	血	进入	这样的	形式	那	其他	器官

[kæn; kən][kɑːst][ˌaɪ 'tiː] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

can	cast	it	out	of	the	body	.
能	投掷	它	出去	的	这	身体	.

肝脏将血液中的某些废物转化为其他器官可以将其排出体外的形式。

[ˌaɪ 'tiː]['ɔːlsəʊ] [stɔːz] [ʌp] ['sɜːt(ə)n] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] ['kʌmɪŋ] [frɒm; frəm][ðə; ði] [ɪn'testɪn] [ænd; ənd]

It	also	stores	up	certain	parts	of	the	food	coming	from	the	intestines	and
它	还	商店	向上	肯定	部分	的	这	食物	未来	从	这	肠子	和

[gɪvz] [ˌaɪ 'tiː] [aʊt] [tuː; tə][ðə; ði] ['bɒdi] ['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l][æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['niːdɪd] .

gives	it	out	to	the	body	little	by	little	as	it	is	needed	.
给予	它	出去	到	这	身体	小的	经过	小的	作为	它	是	需要	.

它还能储存来自肠道的某些食物成分，并根据需要一点一点地将其释放给身体。

[wen] [ænd; ənd] [haʊ] [mʌtʃ] [tuː; tə] [iːt] . — [wen] [ðə; ði] [fuːd] ['ɔːrgənz][duː; də][nɒt][duː; də][ðeə(r)] [wɜːk]

When	and	How	much	to	Eat	.	—	When	the	food	organs	do	not	do	their	work
什么时候	和	如何	很多	到	吃	.	—	什么时候	这	食物	器官	做	不是	做	他们的	工作

['raɪtli] ,

rightly	,
没错	,

何时进食以及进食量——当消化器官无法正常工作时，

[ðə; ði] [həʊl] ['bɒdi] [bɪ'kʌmz] [sɪk] .

the	whole	body	becomes	sick	.
这	所有的	身体	变成	生病的	.

全身都生病了。

['iːtɪŋ] [tuː] [mʌtʃ] [ˌəʊvə'wəːk] [ðə; ði] ['stʌmək] .

Eating	too	much	overworks	the	stomach	.
吃	也	很多	过度劳累	这	胃	.

吃得太多会使胃负担过重。

[ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [səʊ] [fʊl] [ðæt] [ðə; ði] [fuːd] ['kænɒt] [biː; bi] [muːvd] [ə'baʊt] [ænd; ənd] [wel] [mɪkst] [wɪð]

It	becomes	so	full	that	the	food	cannot	be	moved	about	and	well	mixed	with
它	变成	所以	满的	那	这	食物	不能	是	已搬	关于	和	出色地	混合	和

[ðə; ði][dʒuːs] .

the	juices	.
这	果汁	.

它变得非常饱满，食物无法移动，也无法与汁液充分混合。

[dʒɜːrmz] [ðen] [wɜːk] [ɒn][ðə; ði] [fuːd] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ ˈtiː]['saʊə(r)] .

Germs	**then**	**work**	**on**	**the**	**food**	**and**	**make**	**it**	**sour**	**.**
细菌	然后	工作	在	这	食物	和	制作	它	酸的	.

细菌随后会分解食物，使其变酸。

[ɪn][fækt][ðə; ði][dʒɜːrmz] [meɪ] [tʃeɪndʒ] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] ['ɪntuː][ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n] .

In	**fact**	**the**	**germs**	**may**	**change**	**part**	**of**	**the**	**food**	**into**	**a**	**poison**	**.**
在	事实	这	细菌	可能	改变	部分	的	这	食物	进入	一个	毒	.

事实上，这些细菌可能会将部分食物转化为毒素。

[ðɪs] ['pɔɪz(ə)n] [wɪl] [kɔːz] ['hedeɪk] [ænd; ənd][ə; eɪ][bæd] ['fiːlɪŋ] .

This	**poison**	**will**	**cause**	**headache**	**and**	**a**	**bad**	**feeling**	**.**
这	毒	将要	原因	头痛	和	一个	坏的	感觉	.

这种毒药会引起头痛和不适感。

[duː; də][nɒt] [fɔːm] [ə; eɪ]['hæbɪt][ɒv; əv] ['teɪkɪŋ] ['paʊdər] [tuː; tə][kjʊə(r)] ['hedeɪk] .

Do	**not**	**form**	**a**	**habit**	**of**	**taking**	**powders**	**to**	**cure**	**headache**	**.**
做	不是	形式	一个	习惯	的	采取	粉末	到	治愈	头痛	.

不要养成服用药粉治疗头痛的习惯。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['laɪkli] [tuː; tə] [hɜːt] [ðə; ði] [hɑːt] .

They	**are**	**likely**	**to**	**hurt**	**the**	**heart**	**.**
他们	是	可能	到	伤害	这	心	.

它们可能会伤害心脏。

[teɪk] [les] [fuːd] , [iːt] [ˌaɪ ˈtiː][mɔː(r)] ['sləʊli] , [ænd; ənd][duː; də][nɒt] [wɒʃ] [ˌaɪ ˈtiː] [daʊn] [wɪð] [drɪŋk] .

Take	**less**	**food**	**,**	**eat**	**it**	**more**	**slowly**	**,**	**and**	**do**	**not**	**wash**	**it**	**down**	**with**	**drink**	**.**
拿	较少的	食物	,	吃	它	更多的	缓慢地	,	和	做	不是	洗	它	向下	和	喝	.

少吃点，吃得慢点，不要用水送服。

[stɒp] ['iːtɪŋ] [bɪ'fɔː(r)] [jɔː(r); jə(r)] ['stʌmək] [fiːlz] [fʊl] .

Stop	**eating**	**before**	**your**	**stomach**	**feels**	**full**	**.**
停止	吃	前	你的	胃	感觉	满的	.

在感到饱腹之前就停止进食。

[iːtʃ] [miːl] [gɪvz] [ðə; ði] ['stʌmək] [ə'baʊt] [fɔː(r)] ['aʊəz] [ɒv; əv] [wɜːk] [tuː; tə][duː; də] .

Each	**meal**	**gives**	**the**	**stomach**	**about**	**four**	**hours**	**of**	**work**	**to**	**do**	**.**
每个	一顿饭	给予	这	胃	关于	四	小时	的	工作	到	做	.

每餐饭后，胃大约需要工作四个小时。

[ˌaɪ ˈtiː] [ðen] [niːdz] [wʌn]['aʊə(r)][ɒv; əv] [rest] .

It	**then**	**needs**	**one**	**hour**	**of**	**rest**	**.**
它	然后	需求	一	小时	的	休息	.

然后需要休息一个小时。

[ðɪs]

This
这

这

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	**Pg**	**56**	**]**
[	页	-	]

[第56页]

[ʃəʊz] [ðæt] [ðə; ði] [taɪm] [frɒm; frəm] [wʌn] [miːl] [tuː; tə][ðə; ði] [nekst] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ə'baʊt] [faɪv] ['aʊəz] .

shows	**that**	**the**	**time**	**from**	**one**	**meal**	**to**	**the**	**next**	**should**	**be**	**about**	**five**	**hours**	**.**
演出	那	这	时间	从	一	一顿饭	到	这	下一个	应该	是	关于	五	小时	.

数据显示，两餐之间的时间间隔应约为五个小时。

['veri] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] [ænd; ənd] [sɪk] [p'ɜːsənz] [niːd] [fuːd] ['ɒf(tə)n] .

Very	**young**	**children**	**and**	**sick**	**persons**	**need**	**food**	**oftener**	**.**
非常	年轻的	孩子们	和	生病的	人	需要	食物	更频繁	.

幼儿和病人需要更频繁地进食。

[bɔɪz] [ænd; ənd] [gˈɜːlz] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [iːt] [ˈkændɪz] , [keɪk] , [ɔː(r)] [ˈʌðə(r)] [fuːd] [bɪˈtwiːn] [miːlz] .

Boys	**and**	**girls**	**should**	**not**	**eat**	**candies**	**,**	**cake**	**,**	**or**	**other**	**food**	**between**	**meals**	**.**
男孩们	和	女孩们	应该	不是	吃	糖果	,	蛋糕	,	或者	其他	食物	之间	餐	.

男孩女孩不应该在两餐之间吃糖果、蛋糕或其他食物。

[ˌaɪ ˈtiː] [spɔɪlz] [ðə; ði] [ˈæpɪtaɪt] [ænd; ənd] [ɪz] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [get] [ðə; ði] [ˈstʌmək] [aʊt] [ɒv; əv] [ˈwɜːkɪŋ] [ˈɔːdə(r)] .

It	**spoils**	**the**	**appetite**	**and**	**is**	**likely**	**to**	**get**	**the**	**stomach**	**out**	**of**	**working**	**order**	**.**
它	战利品	这	食欲	和	是	可能	到	得到	这	胃	出去	的	在职的	命令	.

它会扰乱食欲，而且很可能导致胃功能紊乱。

[ˈdeɪndʒə(r)] [ˈsɪgnlz] . — [ə; eɪ] [waɪt] [ɔː(r)] [ˈjeləʊɪʃ] [kəʊt] [ɒn] [ðə; ði] [tʌŋ] , [ə; eɪ] [bæd] [breθ] , [peɪn] [ɪn] [ðə; ði] [ˈbaʊəlz] ,

Danger	**Signals**	**.**	**—**	**A**	**white**	**or**	**yellowish**	**coat**	**on**	**the**	**tongue**	**,**	**a**	**bad**	**breath**	**,**	**pain**	**in**	**the**	**bowels**	**,**
危险	信号	.	—	一个	白色的	或者	淡黄色	外套	在	这	舌头	,	一个	坏的	气息	,	疼痛	在	这	肠道	,

危险信号——舌苔发白或发黄、口臭、肠胃疼痛

[ɔː(r)] [ə; eɪ] [ˈhedeɪk] [ɪz] [ə; eɪ] [ˈdeɪndʒə(r)] [ˈsɪgnəl] .

or	**a**	**headache**	**is**	**a**	**danger**	**signal**	**.**
或者	一个	头痛	是	一个	危险	信号	.

或者说，头痛是一种危险信号。

[ˌaɪ ˈtiː] [telz] [ðæt] [ðə; ði] [fuːd] [ˈɔːrgənz] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [ˈduːɪŋ] [ðeə(r)] [wɜːk] [æz; əz] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ænd; ənd] [ənˈles] [help] [ɪz] [ˈgɪv(ə)n] [ˈsɪknəs] [ɪz] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [əˈkɜː(r)] .

It	**tells**	**that**	**the**	**food**	**organs**	**are**	**not**	**doing**	**their**	**work**	**as**	**they**	**should**	**and**	**unless**	**help**	**is**	**given**	**sickness**	**is**	**likely**	**to**	**occur**	**.**
它	讲述	那	这	食物	器官	是	不是	正在做	他们的	工作	作为	他们	应该	和	除非	帮助	是	给定	疾病	是	可能	到	发生	.

这说明消化器官没有正常运作，如果不加以帮助，很可能会生病。

[ˈmedsn; ˈmedɪsn] [meɪ] [help] , [bʌt; bət] [ˈjuːzɪŋ] [fuːdz] [ˈiːzi] [tuː; tə] [daɪˈdʒest] , [ˈiːtɪŋ] [les] , [ˈtʃuːɪŋ] [mɔː(r)]

Medicine	**may**	**help**	**,**	**but**	**using**	**foods**	**easy**	**to**	**digest**	**,**	**eating**	**less**	**,**	**chewing**	**more**	,	**,**	,
药品	可能	帮助	,	但	使用	食物	简单的	到	消化	,	吃	较少的	,	咀嚼	更多的			

药物或许会有帮助，但食用易消化的食物、少吃多咀嚼也很重要。

[ænd; ənd] [ˈgetɪŋ] [ˈplenti] [ɒv; əv] [ˈeksəsaɪz] [ɪn] [ðə; ði] [freʃ] [eə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [biː; bi] [ðə; ði] [ˈgreɪtɪst] [eɪdz] [tuː; tə] [helθ] .

and	**getting**	**plenty**	**of**	**exercise**	**in**	**the**	**fresh**	**air**	**are**	**likely**	**to**	**be**	**the**	**greatest**	**aids**	**to**	**health**	**.**
和	获得	很多	的	锻炼	在	这	新鲜的	空气	是	可能	到	是	这	最	艾滋病	到	健康	.

在新鲜空气中进行充足的锻炼可能是对健康最有益的因素。

[ðə; ði] [ˈtʃuːɪŋ] [ɒv; əv] [təˈbækəʊ] [ænd; ənd] [daɪˈdʒestʃən; dɪˈdʒestʃən] . — [sʌm; səm] [men] [tʃuː] [təˈbækəʊ] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz] [ten] [ˈaʊəz] [ˈevri] [deɪ] .

The	**Chewing**	**of**	**Tobacco**	**and**	**Digestion**	**.**	**—**	**Some**	**men**	**chew**	**tobacco**	**as**	**much**	**as**	**ten**	**hours**	**every**	**day**	**.**
这	咀嚼	的	烟草	和	消化	.	—	一些	男人	嚼	烟草	作为	很多	作为	十	小时	每一个	天	.

嚼烟与消化——有些男人每天嚼烟长达十个小时。

[ðə; ði] [teɪst] [ɒv; əv] [ðə; ði] [təˈbækəʊ] [meɪks] [ðə; ði] [səˈlaɪvə] [fləʊ] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [glændz] [ˈɪntuː] [ðə; ði] [maʊθ] .

The	**taste**	**of**	**the**	**tobacco**	**makes**	**the**	**saliva**	**flow**	**from**	**the**	**glands**	**into**	**the**	**mouth**	**.**
这	品尝	的	这	烟草	制作	这	唾液	流动	从	这	腺体	进入	这	嘴	.

烟草的味道会刺激唾液腺分泌唾液到口腔中。

[ðɪs] [diˈzɔlvz] [ðə; ði][ˈpɔɪz(ə)n][aʊt][ɒv; əv][ðə; ði][təˈbækəʊ][ænd; ənd][ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [ðen] [spɪt] [aʊt] .

This	dissolves	the	poison	out	of	the	tobacco	and	it	is	then	spit	out	.
这	溶解	这	毒	出去	的	这	烟草	和	它	是	然后	吐	出去	.

这样可以溶解烟草中的毒素，然后将其吐出。

[ɪf] [ðə; ði][təˈbækəʊ] - [səʊkt] [səˈlaɪvə][wɜː(r); wə(r)][ɔːl] [swˈɒləʊd] , [ðə; ði][mæn] [wʊd] [biː; bi] [ˈpɔɪz(ə)nd] .

If	the	tobacco	-	soaked	saliva	were	all	swallowed	,	the	man	would	be	poisoned	.
如果	这	烟草	-	浸泡过	唾液	是	全部	吞咽	,	这	男人	会	是	中毒	.

如果把所有浸透烟草的唾液都吞下去，这个人就会中毒。

[ðə; ði] [ˈtʃuːɪŋ] [ɒv; əv][təˈbækəʊ] [ˈkɔːzɪz] [ðə; ði] [lɒs] [ɒv; əv] [mʌtʃ] [səˈlaɪvə] [wɪtʃ] [ɪz] [ˈniːdɪd] [tuː; tə][help]

The	chewing	of	tobacco	causes	the	loss	of	much	saliva	which	is	needed	to	help
这	咀嚼	的	烟草	原因	这	损失	的	很多	唾液	哪个	是	需要	到	帮助

[daɪˈdʒest][ðə; ði] [fuːd] .

digest	the	food	.
消化	这	食物	.

咀嚼烟草会导致大量唾液流失，而唾液对于帮助消化食物至关重要。

[ˈeniwʌn] [huː] [ˈtaɪə(r)z][hɪz; ɪz][dʒɔː][baɪ] [ˈtʃuːɪŋ] [təˈbækəʊ][ɪz][nɒt] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [tʃuː] [hɪz; ɪz] [fuːd] [wel] .

Anyone	who	tires	his	jaw	by	chewing	tobacco	is	not	likely	to	chew	his	food	well	.
任何人	WHO	轮胎	他的	颚	经过	咀嚼	烟草	是	不是	可能	到	嚼	他的	食物	出色地	.

任何人如果因为嚼烟草而使下巴疲劳，就不太可能好好咀嚼食物。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði][ˈpɔɪz(ə)n][ɪn][ðə; ði][təˈbækəʊ][ɪz][ˈteɪkən][ˈɪntuː][ðə; ði] [ˈbɒdi] [θruː] [ðə; ði] [blʌd]

Some	of	the	poison	in	the	tobacco	is	taken	into	the	body	through	the	blood
一些	的	这	毒	在	这	烟草	是	已采取	进入	这	身体	通过	这	血

[ˈves(ə)lz] [ɪn][ðə; ði][ˈlaɪnɪŋ][ɒv; əv][ðə; ði] [maʊθ] .

vessels	in	the	lining	of	the	mouth	.
船只	在	这	衬垫	的	这	嘴	.

烟草中的一些毒素会通过口腔内壁的血管进入人体。

[ðɪs] [ɪz] [ʃəʊn] [baɪ]

This	is	shown	by
这	是	所示	经过

这体现在

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	57	]
[	页	-	]

[第57页]

[ðə; ði][fækt] [ðæt] [ə; eɪ] [bɔɪ] [nɒt] [juːst] [tuː; tə][təˈbækəʊ] [bɪˈkʌmz] [ˈveri] [sɪk] [ˈɑːftə(r)][hiː; hi][hæz; həz]

the	fact	that	a	boy	not	used	to	tobacco	becomes	very	sick	after	he	has
这	事实	那	一个	男生	不是	用过的	到	烟草	变成	非常	生病的	后	他	有

[tʃuː] [ə; eɪ] [ˈmaʊθfʊl] [fɔː(r); fə(r)][ˈəʊnli][ten] [ˈmɪnɪts] .

chewed	a	mouthful	for	only	ten	minutes	.
咀嚼	一个	一口气	为了	仅有的	十	分钟	.

一个不习惯吸烟的男孩，嚼了一口烟仅仅十分钟后，就病得很重。

[ˈsməʊkɪŋ] [ænd; ənd][daɪˈdʒestʃən; dɪˈdʒestʃən] . — [sʌm; səm] [pˈɜːsənz] [θɪŋk] [ðæt] [ðə; ði] [ˈsməʊkɪŋ] [ɒv; əv][ə; eɪ]

Smoking	and	Digestion	.	—	Some	persons	think	that	the	smoking	of	a
吸烟	和	消化	.	—	一些	人	思考	那	这	吸烟	的	一个

[sɪˈgɑː(r)]['ɑːftə(r)][ə; eɪ] [miːl] [helps] [daɪˈdʒestʃən; dɪˈdʒestʃən] .

cigar	after	a	meal	helps	digestion	.
雪茄	后	一个	一顿饭	帮助	消化	.

吸烟与消化——有些人认为饭后吸雪茄有助于消化。

[ˌaɪ ˈtiː] [meɪ] [duː; də][səʊ][ɪn][sʌm; səm][keɪsɪz] .

It	may	do	so	in	some	cases	.
它	可能	做	所以	在	一些	案例	.

在某些情况下可能会这样做。

[ɪf] [ə; eɪ] ['lɔɪə(r)] [ɪz] [mʌtʃ] [ɪk'saɪtɪd] [ə'baʊt] [ə; eɪ] [keɪs] [hiː; hi] [ɪz] ['traɪɪŋ] ,

If	a	lawyer	is	much	excited	about	a	case	he	is	trying	,
如果	一个	律师	是	很多	兴奋的	关于	一个	案件	他	是	尝试	,

如果律师对正在审理的案件感到非常兴奋，

[ɔː(r)][ə; eɪ] ['bɪznəs] [mæn][ɪz][ɪn] ['trʌb(ə)l] [ə'baʊt] [hɪz; ɪz] ['lɒsɪz] ,

or	a	business	man	is	in	trouble	about	his	losses	,
或者	一个	商业	男人	是	在	麻烦	关于	他的	损失	,

或者，某个商人正为亏损而苦恼。

[ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə] [fləʊ] [tuː; tə][ðə; ði] [hed] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['niːdɪd] [ɪn][ðə; ði]

the	thinking	causes	the	blood	to	flow	to	the	head	when	it	is	needed	in	the
这	思维	原因	这	血	到	流动	到	这	头	什么时候	它	是	需要	在	这

['stʌmək] [tuː; tə] [gɪv] [aʊt] [daɪ'dʒestɪv][dʒuːs] .

stomach	to	give	out	digestive	juices	.
胃	到	给	出去	消化	果汁	.

思考时，血液会流向头部，而胃部需要血液来分泌消化液。

[ðə; ði] [teɪst] [ɒv; əv][ðə; ði][tə'bækəʊ] [sməʊk] [meɪ] [kɔːz] [sʌm; səm]['gæstrɪk][dʒuːs][tuː; tə] [rʌn] [aʊt] ['ɪntuː]

The	taste	of	the	tobacco	smoke	may	cause	some	gastric	juice	to	run	out	into
这	品尝	的	这	烟草	抽烟	可能	原因	一些	胃	汁	到	跑步	出去	进入

[ðə; ði] ['stʌmək] ,

the	stomach	,
这	胃	,

烟草烟雾的味道可能会导致一些胃液反流到胃里。

[bʌt; bət][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [hɜːt] [ðə; ði] [nɜːvz] [ɒv; əv] [teɪst] [səʊ] [ðæt] [fuːd]

but	at	the	same	time	it	is	likely	to	hurt	the	nerves	of	taste	so	that	food
但	在	这	相同的	时间	它	是	可能	到	伤害	这	神经	的	品尝	所以	那	食物

['kænɒt] [gɪv] [səʊ] [mʌtʃ] [ɪn'dʒɔɪmənt] [æz; əz] [wen] [ðə; ði] [nɜːvz] [ɑː(r); ə(r)] [ʌn'hɑːmd] .

cannot	give	so	much	enjoyment	as	when	the	nerves	are	unharmed	.
不能	给	所以	很多	享受	作为	什么时候	这	神经	是	毫发无损	.

但与此同时，它很可能会损害味觉神经，使食物无法像味觉神经未受损时那样带来愉悦感。

[ɔːl'ðəʊ] ['sməʊkɪŋ] [meɪ] [æt; ət][ðə; ði] [taɪm] [help] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ,

Although	smoking	may	at	the	time	help	digestion	a	little	,
虽然	吸烟	可能	在	这	时间	帮助	消化	一个	小的	,

虽然吸烟在当时可能对消化有点帮助，

[ðə; ði]['pɔɪz(ə)n][ɪn][ðə; ði][tə'bækəʊ] [meɪ] ['ɑːftəwəd] ['ɪndʒə(r)][ðə; ði] ['bɒdi] .

the	poison	in	the	tobacco	may	afterward	injure	the	body	.
这	毒	在	这	烟草	可能	之后	损伤	这	身体	.

烟草中的毒素可能会对身体造成伤害。

[ðɪs] ['pɔɪz(ə)n][ɪz] [ɪ'speʃəli] ['hɑːmf(ə)l][tuː; tə] ['grəʊɪŋ] ['bɒdɪz] ,

This	poison	is	especially	harmful	to	growing	bodies	,
这	毒	是	尤其	有害	到	生长	身体	,

这种毒素对正在发育的人体尤其有害。

[ænd; ənd] [bɔɪz] [huː] [ɑː(r); ə(r)] [waɪz] [wɪl] [rɪ'fjuːz] [tuː; tə] [sməʊk] [ɒn] [ɔːl] [ə'keɪʒnz] .

and	boys	who	are	wise	will	refuse	to	smoke	on	all	occasions	.
和	男孩们	WHO	是	明智的	将要	拒绝	到	抽烟	在	全部	场合	.

明智的男孩在任何场合都会拒绝吸烟。

[bɪə(r)][ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] . — [sʌm; səm] ['piːp(ə)l] [drɪŋk] [bɪə(r)] [wɪð] [ðeə(r)] [miːlz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz]

Beer	and	Digestion	.	—	Some	people	drink	beer	with	their	meals	because
啤酒	和	消化	.	—	一些	人们	喝	啤酒	和	他们的	餐	因为

[ðeɪ] [θɪŋk] [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðə; ði] [fuːd] [teɪst] ['betə(r)] .

they	think	it	makes	the	food	taste	better	.
他们	思考	它	制作	这	食物	品尝	更好的	.

啤酒与消化——有些人吃饭时喝啤酒，因为他们认为这样能让食物更美味。

[ˌaɪ 'tiː] ['riːəli] [prɪ'vents] [ðem; ðəm][frɒm; frəm] ['getɪŋ] [ðə; ði] [fʊl] [teɪst] [ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz]

It	really	prevents	them	from	getting	the	full	taste	of	the	food	because
它	真的	阻止	他们	从	获得	这	满的	品尝	的	这	食物	因为

[ðeɪ] [wɒʃ] [ˌaɪ 'tiː] [daʊn] [bɪ'fɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wel] [səʊkt] [wɪð] [ðə; ði][sə'laɪvə] .

they	wash	it	down	before	it	is	well	soaked	with	the	saliva	.
他们	洗	它	向下	前	它	是	出色地	浸泡过	和	这	唾液	.

这样会让他们无法充分品尝到食物的味道，因为他们会在食物被唾液充分浸润之前就把它冲下去。

[fɪg] . - — [ðə; ði] ['stʌmək] ,

Fig	.	29	—	The	stomach	,
如图	.	-	—	这	胃	,

图 29 —胃，

['ʃəʊɪŋ] [ðə; ði] [ə'reɪndʒmənt] [ɒv; əv][ðə; ði]['mʌskjələ(r)]['faɪbərz] [wɪtʃ] ['ælkəhɒl] [meɪ] ['hɪndə(r)][frɒm; frəm]

showing	the	arrangement	of	the	muscular	fibers	which	alcohol	may	hinder	from
显示	这	安排	的	这	肌肉发达的	纤维	哪个	酒精	可能	阻碍	从

['duːɪŋ] [gʊd] [wɜːk] .

doing	good	work	.
正在做	好的	工作	.

图中显示了肌肉纤维的排列方式，酒精可能会阻碍这些纤维发挥正常功能。

[æt; ət][ðə; ði] [raɪt] [ə; eɪ] [piːs] [ɪz] [kʌt] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [tɒp] ['leɪə(r)][ɒv; əv] ['mʌs(ə)l] .

At	the	right	a	piece	is	cut	out	of	the	top	layer	of	muscle	.
在	这	正确的	一个	片	是	切	出去	的	这	顶部	层	的	肌肉	.

右侧是从肌肉表层切下的一块组织。

[ðə; ði]['fleɪvə(r)][ɒv; əv][bɪə(r)] [meɪ] ['sʌmtaɪmz] [kɔːz] [æn; ən]['ekstrə] [fləʊ] [ɒv; əv]['gæstrɪk][dʒuːs]['ɪntuː][ðə; ði]

The	flavor	of	beer	may	sometimes	cause	an	extra	flow	of	gastric	juice	into	the
这	味道	的	啤酒	可能	有时	原因	一个	额外的	流动	的	胃	汁	进入	这

['stʌmək] ,

stomach	,
胃	,

啤酒的味道有时可能会导致胃液分泌过多。

[bʌt; bət][ðə; ði]['ælkəhɒl][ɪn][ðə; ði][bɪə(r)][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['muːvmənts] [ɒv; əv][ðə; ði]

but	the	alcohol	in	the	beer	is	likely	to	make	the	movements	of	the
但	这	酒精	在	这	啤酒	是	可能	到	制作	这	移动	的	这

但啤酒中的酒精可能会引起以下情况：

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	58	]
[	页	-	]

[第58页]

['stʌmək] ['sləʊə] .

stomach	slower	.
胃	慢点	.

胃部蠕动减慢。

[ðɪs] [prɪ'vents] [ðə; ði] [fuːd] [frɒm; frəm] ['biːɪŋ] [wel] [ænd; ənd] ['kwɪkli] [mɪkst] [wɪð] [ðə; ði][dʒuːs] .

This	prevents	the	food	from	being	well	and	quickly	mixed	with	the	juices	.
这	阻止	这	食物	从	存在	出色地	和	迅速地	混合	和	这	果汁	.

这样就无法使食物与汁液充分快速混合。

['sevrəl] ['glɑːsɪz] [ɒv; əv][bɪə(r)] [juːst] [æt; ət][wʌn] [miːl] [wɪl] [meɪk] [ðə; ði] ['stʌmək] [duː; də][ɪts] [wɜːk] ['veri]

Several	glasses	of	beer	used	at	one	meal	will	make	the	stomach	do	its	work	very
一些	眼镜	的	啤酒	用过的	在	一	一顿饭	将要	制作	这	胃	做	它是	工作	非常

['sləʊli] ,

slowly	,
缓慢地	,

一餐中喝好几杯啤酒会使胃部功能变得非常缓慢。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɒt][duː; də][ˌaɪ 'tiː] [wel] .

and	it	will	not	do	it	well	.
和	它	将要	不是	做	它	出色地	.

而且它做不好。

[waɪn] [ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] . — [waɪn] [ɪz]['teɪkən][baɪ][sʌm; səm] ['piːp(ə)l] [tuː; tə] [gɪv] [mɔː(r)]

Wine	and	Digestion	.	—	Wine	is	taken	by	some	people	to	give	more
葡萄酒	和	消化	.	—	葡萄酒	是	已采取	经过	一些	人们	到	给	更多的

['æpɪtaɪt] [fɔː(r); fə(r)] [fuːd] .

appetite	for	food	.
食欲	为了	食物	.

葡萄酒与消化——有些人喝酒是为了增进食欲。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['laɪkli] , [haʊ'evə(r)] ,

It	is	likely	,	however	,
它	是	可能	,	然而	,

然而，很有可能.....

[tuː; tə][duː; də][mɔː(r)] [hɑːm] [ðæn; ðən] [gʊd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði]['ælkəhɒl][ɪn][ˌaɪ 'tiː] [meɪks] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz]

to	do	more	harm	than	good	because	the	alcohol	in	it	makes	the	muscles
到	做	更多的	伤害	比	好的	因为	这	酒精	在	它	制作	这	肌肉

[wɪtʃ] [mɪks][ðə; ði] [fuːd] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] [ækt][mɔː(r)] ['sləʊli] .

which	mix	the	food	in	the	stomach	act	more	slowly	.
哪个	混合	这	食物	在	这	胃	行为	更多的	缓慢地	.

这样做弊大于利，因为其中的酒精会使胃部混合食物的肌肉活动变慢。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] [meɪ] ['saʊə(r)] [bɪ'fɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [wet] [wɪð] [ðə; ði][dʒuːs] .

Some	of	the	food	may	sour	before	it	gets	wet	with	the	juice	.
一些	的	这	食物	可能	酸的	前	它	获得	湿的	和	这	汁	.

有些食物在被汁液浸湿之前可能就已经变酸了。

[mʌtʃ] [waɪn] [juːst] [æt; ət][ə; eɪ] [miːl] [ɪz] ['ɔːlweɪz] ['hɑːmf(ə)l] .

Much	wine	used	at	a	meal	is	always	harmful	.
很多	葡萄酒	用过的	在	一个	一顿饭	是	总是	有害	.

用餐时过量饮用葡萄酒总是有害的。

['nætʃ(ə)rəl] ['æpɪtaɪt] . — [ɪf] [wʌn][ɪz][ɪn] [helθ] , [hiː; hi] [ʃʊd; ʃəd] [fiːl] [ə; eɪ][dɪ'zaɪə(r)][fɔː(r); fə(r)][hɪz; ɪz] [fuːd]

Natural	Appetite	.	—	If	one	is	in	health	,	he	should	feel	a	desire	for	his	food
自然的	食欲	.	—	如果	一	是	在	健康	,	他	应该	感觉	一个	欲望	为了	他的	食物

[æt; ət] ['evri] [miːl] .

at	every	meal	.
在	每一个	一顿饭	.

自然食欲——如果一个人身体健康，那么他在每一餐都应该感到对食物的渴望。

[ðɪs] [dɪ'zaɪə(r)][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] ['riːznəbl] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] [fuːd] [ɪz][ə; eɪ]['nætʃ(ə)rəl] ['æpɪtaɪt] .

This	desire	for	a	reasonable	amount	of	food	is	a	natural	appetite	.
这	欲望	为了	一个	合理的	数量	的	食物	是	一个	自然的	食欲	.

对适量食物的渴望是一种自然的食欲。

[freʃ] [eə(r)][ænd; ənd] ['eksəsaɪz] [wɪl] [duː; də] [mʌtʃ] [tuː; tə] [gɪv] [wʌn][ðə; ði] [raɪt] [kaɪnd][ɒv; əv][æn; ən]

Fresh	air	and	exercise	will	do	much	to	give	one	the	right	kind	of	an
新鲜的	空气	和	锻炼	将要	做	很多	到	给	一	这	正确的	种类	的	一个

['æpɪtaɪt] .

appetite	.
食欲	.

新鲜空气和运动对培养良好的食欲大有裨益。

[ðə; ði] ['iːtɪŋ] [ɒv; əv] [mʌtʃ] [swiːts] [ænd; ənd][ðə; ði] ['briːðɪŋ] [ɒv; əv][bæd][eə(r)][ɑː(r); ə(r)] ['laɪkli] [tuː; tə]

The	eating	of	much	sweets	and	the	breathing	of	bad	air	are	likely	to
这	吃	的	很多	糖果	和	这	呼吸	的	坏的	空气	是	可能	到

[spɔɪl] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] .

spoil	the	appetite	.
剧透	这	食欲	.

吃太多甜食和吸入污浊空气都可能影响食欲。

[ðə; ði][juːz][ɒv; əv][sʌm; səm] [θɪŋz] , [sʌtʃ] [æz; əz]['əʊpiəm] , [tə'bækəʊ] , [bɪə(r)] , [waɪn] , [ænd; ənd] ['wɪski] ,

The	use	of	some	things	,	such	as	opium	,	tobacco	,	beer	,	wine	,	and	whisky	,
这	使用	的	一些	事物	,	这样的	作为	鸦片	,	烟草	,	啤酒	,	葡萄酒	,	和	威士忌酒	,

[kriː'eɪts] [æn; ən] [ʌn'nætʃrəl] ['æpɪtaɪt] .

creates	an	unnatural	appetite	.
创建	一个	不自然	食欲	.

使用某些东西，例如鸦片、烟草、啤酒、葡萄酒和威士忌，会产生不自然的食欲。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	59	]
[	页	-	]

[第59页]

[ðæt] [ɪz] ,

That	is	,
那	是	,

那是，

['ɑːftə(r)][wʌn][hæz; həz] [juːst] [ðiːz] ['ɑːtɪk(ə)lz][ə; eɪ] [fjuː] [mʌnθs] [hiː; hi] ['kænɒt] [stɒp][ðeə(r)][juːz] [wɪ'ðaʊt]

after	one	has	used	these	articles	a	few	months	he	cannot	stop	their	use	without
后	一	有	用过的	这些	文章	一个	很少	几个月	他	不能	停止	他们的	使用	没有

[greɪt] ['sʌfərɪŋ] .

great	suffering	.
伟大的	痛苦	.

使用这些物品几个月后，如果停止使用，就会遭受巨大的痛苦。

[ðə; ði] ['jʌŋgə] [ðə; ði]['pɜːs(ə)n] , [ðə; ði]['suːnə(r)][ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [bɪ'kʌmz] [fɪkst] .

The	younger	the	person	,	the	sooner	the	appetite	becomes	fixed	.
这	年轻	这	人	,	这	很快	这	食欲	变成	固定的	.

年龄越小，食欲越早固定。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [jʌŋ] [p'ɜːsənz] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)][juːz][tə'bækəʊ][ɔː(r)][ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] [ɒv; əv] ['eni]

For	this	reason	young	persons	should	never	use	tobacco	or	alcoholic	drinks	of	any
为了	这	原因	年轻的	人	应该	绝不	使用	烟草	或者	酗酒者	饮料	的	任何

[kaɪnd] .

kind	.
种类	.

因此，青少年绝对不应该使用任何种类的烟草或酒精饮料。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wɒt] [ɪz][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] ?

What	is	digestion	?
什么	是	消化	?

什么是消化?

[ˌtuː'tuː] . [neɪm] [ðə; ði] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] [tjuːb] . [θriː] .

2	.	Name	the	parts	of	the	food	tube	.	3	.
2	.	姓名	这	部分	的	这	食物	管子	.	3	.

2. 说出食道的各个部分。3.

[weə(r)] [dʌz] [sə'laɪvə] [kʌm] [frɒm; frəm] ? [fɔːr] .

Where	**does**	**saliva**	**come**	**from**	**?**	**4**	**.**
在哪里	做	唾液	来	从	?	4	.

唾液从哪里来？4.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [ðə; ði] [fuːd] [ɪz]['æktɪd][ɒn][ɪn][ðə; ði] [maʊθ] . [faɪv] .

Explain	**how**	**the**	**food**	**is**	**acted**	**on**	**in**	**the**	**mouth**	**.**	**5**	**.**
解释	如何	这	食物	是	行动	在	在	这	嘴	.	5	.

解释食物在口腔中是如何被作用的。5.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [fuːd] [biː; bi] [wel] [tʃuː] ? [sɪks] .

Why	**should**	**food**	**be**	**well**	**chewed**	**?**	**6**	**.**
为什么	应该	食物	是	出色地	咀嚼	?	6	.

为什么食物需要充分咀嚼？6.

[wɒt] [fɔːmz] [ðə; ði]['gæstrɪk][dʒuːs] ? ['sɛvən] .

What	**forms**	**the**	**gastric**	**juice**	**?**	**7**	**.**
什么	表格	这	胃	汁	?	7	.

胃液由什么构成？7.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz][ɪz][ðə; ði]['gæstrɪk][dʒuːs] ? [eit] .

Of	**what**	**use**	**is**	**the**	**gastric**	**juice**	**?**	**8**	**.**
的	什么	使用	是	这	胃	汁	?	8	.

胃液有什么用？8.

[haʊ] [lɒŋ] [dʌz] [fuːd] [steɪ] [ɪn][ðə; ði] ['stʌmək] ? [naɪn] .

How	**long**	**does**	**food**	**stay**	**in**	**the**	**stomach**	**?**	**9**	**.**
如何	长的	做	食物	停留	在	这	胃	?	9	.

食物在胃里停留多久？9.

[neɪm] [sʌm; səm] [fuːdz] ['iːzəli] [daɪ'dʒestɪd] . - .

Name	**some**	**foods**	**easily**	**digested**	**.**	**10**	**.**
姓名	一些	食物	容易地	消化	.	-	.

请列举一些容易消化的食物。10.

[wɒt] [dʌz] [ðə; ði] [ɪn'testɪn] [duː; də] ? - .

What	**does**	**the**	**intestine**	**do**	**?**	**11**	**.**
什么	做	这	肠	做	?	-	.

肠道有什么功能？11.

[wɒt] [ɑː(r); ə(r)]['vɪlaɪ; 'vɪliː] ? - .

What	**are**	**villi**	**?**	**12**	**.**
什么	是	绒毛	?	-	.

什么是绒毛？12.

[tel] [haʊ] [ðə; ði] [fuːd] [gets] ['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] . - .

Tell	**how**	**the**	**food**	**gets**	**into**	**the**	**blood**	**.**	**13**	**.**
告诉	如何	这	食物	获得	进入	这	血	.	-	.

说明食物是如何进入血液的。13.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz][ɪz][ðə; ði]['lɪvə(r)] ? - .

Of	**what**	**use**	**is**	**the**	**liver**	**?**	**14**	**.**
的	什么	使用	是	这	肝	?	-	.

肝脏有什么用？14.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi] [nɒt] [iːt] [tuː] [mʌtʃ] ? - .

Why	**should**	**we**	**not**	**eat**	**too**	**much**	**?**	**15**	**.**
为什么	应该	我们	不是	吃	也	很多	?	-	.

为什么我们不应该吃得过多？15.

[ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi] [iːt] [bɪ'twiːn] [miːlz] ? - .

Should	**we**	**eat**	**between**	**meals**	**?**	**16**	**.**
应该	我们	吃	之间	餐	?	-	.

两餐之间应该吃东西吗？16.

[gɪv] [θriː] ['riːz(ə)nz] [waɪ] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [juːz] [tə'bækəʊ] .
Give three reasons why you should not use tobacco .
给 三 原因 为什么 你 应该 不是 使用 烟草 .

请列举三个你不应该使用烟草的理由。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 60]
[页 -]

[第60页]

['tʃæptə(r)] [eɪtθ]
CHAPTER VIII
章 八

第八章

[ðə; ði] [keə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [maʊθ]
THE CARE OF THE MOUTH
这 关心 的 这 嘴

口腔护理

['sɪknəs] ['ɒf(ə)n] [bɪ'gɪnz] [ɪn] [ðə; ði] [maʊθ] . — [ə; eɪ] [kliːn] [maʊθ] [ænd; ənd] [saʊnd] [tiːθ] [hæv; həv]
Sickness often begins in the Mouth . — A clean mouth and sound teeth have
疾病 经常 开始 在 这 嘴 . — 一个 干净的 嘴 和 声音 牙齿 有
[mʌtʃ] [tuː; tə] [duː; də] [ɪn] ['kiːpɪŋ] [wʌn] [wel] .
much to do in keeping one well .
很多 到 做 在 保持 一 出色地 .

疾病往往始于口腔。——保持口腔清洁和牙齿健康对保持身体健康至关重要。

[ðə; ði] [dʒɜːrmz] [wɪtʃ] [kɔːz] ['nɪəli] [ə; eɪ] [hɑːf] ['mɪljən] ['deθs] [ɪn] [ðə; ði] [juˈnaɪtɪd] [steɪts] ['evri] [jɪə(r)]
The germs which cause nearly a half million deaths in the United States every year
这 细菌 哪个 原因 几乎 一个 一半 百万 死亡人数 在 这 团结的 各州 每一个 年
['entə(r)] [ðə; ði] ['bɒdi] [θruː] [ðə; ði] [maʊθ] .
enter the body through the mouth .
进入 这 身体 通过 这 嘴 .

每年在美国造成近50万人死亡的病菌都是通过口腔进入人体的。

[ɪf] [ðə; ði] [maʊθ] [ɪz] [ˌʌn'kliːn] ,
If the mouth is unclean ,
如果 这 嘴 是 不洁 ,

如果口腔不洁，

['əʊnli] [wʌn] [ɔː(r)] [tuː] [dɪ'ziːz] [dʒɜːrmz] ['entərɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [rɪ'meɪn] [ðeə(r)] [ænd; ənd] [grəʊ] .
only one or two disease germs entering it may remain there and grow .
仅有的 一 或者 二 疾病 细菌 进入 它 可能 保持 那里 和 生长 .

只有一两种病菌进入其中后可能会存活并繁殖。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] [tiːθ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['ʌpə(r)] [dʒɔː] [æt; ət] [ɪ'lev(ə)n] [j'iəz] [ɒv; əv] [eɪdʒ] .
30 — The teeth of the upper jaw at eleven years of age .
- — 这 牙齿 的 这 上 颚 在 十一 年 的 年龄 .

30 — 十一岁时上颌的牙齿。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [dʒʌst] [æz; əz] [ɪm'pɔːt(ə)nt] [tuː; tə] [wɒʃ] [ðə; ði] [maʊθ] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [taɪmz] [iːtʃ] [deɪ] [æz; əz]
It is just as important to wash the mouth two or three times each day as
它 是 只是 作为 重要的 到 洗 这 嘴 二 或者 三 时代 每个 天 作为
[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [tuː; tə] [wɒʃ] [ðə; ði] [hændz] [ænd; ənd] [feɪs] .
it is to wash the hands and face .
它 是 到 洗 这 双手 和 脸 .

每天漱口两到三次与洗手洗脸同样重要。

[ə; eɪ] [fjuː] [dʒɜːrmz][ɒv; əv][dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] , [sɔː(r)] [θrəʊt] ,

A	few	germs	of	diphtheria	,	sore	throat	,
一个	很少	细菌	的	白喉	,	疮	喉	,

少量白喉病菌，会引起咽喉痛。

[ɔː(r)][tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs][ɑː(r); ə(r)] [ˈlaɪkli] [tuː; tə][get][ˈɪntuː][ðə; ðɪ] [maʊθ] [ˈeni] [deɪ] ,

or	tuberculosis	are	likely	to	get	into	the	mouth	any	day	,
或者	结核	是	可能	到	得到	进入	这	嘴	任何	天	,

或者说，结核病随时都可能侵入口腔。

[bʌt; bət] [ɪf] [ðə; ðɪ] [maʊθ] [ænd; ənd] [tiːθ] [ɑː(r); ə(r)] [wel] [wɒʃt] [wɪð] [ə; eɪ] [brʌʃ] [ˈmɔːnɪŋ] [ænd; ənd]

but	if	the	mouth	and	teeth	are	well	washed	with	a	brush	morning	and
但	如果	这	嘴	和	牙齿	是	出色地	洗过	和	一个	刷子	早晨	和

[naɪt] ,

night	,
夜晚	,

但如果早晚用牙刷彻底清洁口腔和牙齿，

[ðə; ðɪ][dʒɜːrmz] [wɪl] [nɒt][hæv; həv][taɪm][tuː; tə] [grəʊ] [ænd; ənd] [kɔːz] [ˈsɪknəs] .

the	germs	will	not	have	time	to	grow	and	cause	sickness	.
这	细菌	将要	不是	有	时间	到	生长	和	原因	疾病	.

细菌没有时间生长繁殖，也就无法致病。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	61	]
[	页	-	]

[第61页]

[ðə; ðɪ] [tiːθ] . — [ðə; ðɪ][fɜːst] [ˈtwenti] [tiːθ] [ðæt] [əˈpɪə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] [ðə; ðɪ] [mɪlk] [set] .

The	Teeth	.	—	The	first	twenty	teeth	that	appear	are	called	the	milk	set	.
这	牙齿	.	—	这	第一的	二十	牙齿	那	出现	是	称为	这	牛奶	放	.

牙齿——最初长出的二十颗牙齿称为乳牙。

[ðə; ðɪ] [eɪt] [frʌnt] [tiːθ] [grəʊ] [aʊt] [ˈdjʊərɪŋ][ðə; ðɪ][fɜːst] [jɪə(r)][ɒv; əv][laɪf][ænd; ənd] [bæk] [ɒv; əv] [ðiːz]

The	eight	front	teeth	grow	out	during	the	first	year	of	life	and	back	of	these
这	八	正面	牙齿	生长	出去	期间	这	第一的	年	的	生活	和	后退	的	这些

[twelv] [ˈʌðə(r)z] [əˈpɪə(r)] [ˈdjʊərɪŋ][ðə; ðɪ] [ˈsekənd] [jɪə(r)] .

twelve	others	appear	during	the	second	year	.
十二	其他的	出现	期间	这	第二	年	.

婴儿出生后第一年会长出八颗门牙，第二年会长出这八颗门牙后面的十二颗牙齿。

[bɪˈtwiːn] [ðə; ðɪ] [ˈsev(ə)nθ] [ænd; ənd][ðə; ðɪ] [tenθ] [jɪə(r)] [ɔːl][ɒv; əv][ðə; ðɪ] [mɪlk] [tiːθ] [ɑː(r); ə(r)] [lɒst]

Between	the	seventh	and	the	tenth	year	all	of	the	milk	teeth	are	lost
之间	这	第七	和	这	第十	年	全部	的	这	牛奶	牙齿	是	丢失的

[bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [ˈʌðə(r)z] [grəʊ] [bɪˈniːθ] [ðem; ðəm][ænd; ənd] [pʊʃ] [ðem; ðəm] [aʊt] .

because	others	grow	beneath	them	and	push	them	out	.
因为	其他的	生长	下面	他们	和	推	他们	出去	.

七岁到十岁之间，所有的乳牙都会脱落，因为新的牙齿会在下面长出来，把它们顶出来。

[fɪg] . - — [ðə; ðɪ] [fʊl] [set][ɒv; əv] [tiːθ] [ɒn][ðə; ðɪ] [raɪt] [saɪd][æt; ət] [twelv] [jˈiəz] [ɒv; əv][eɪdʒ] .

Fig	.	31	—	The	full	set	of	teeth	on	the	right	side	at	twelve	years	of	age	.
如图	.	-	—	这	满的	放	的	牙齿	在	这	正确的	边	在	十二	年	的	年龄	.

图 31 — 12 岁时右侧的完整牙齿。

[ðə; ðɪ] [ˈnʌmbəz] [ʃəʊ] [æt; ət] [wɒt] [jɪə(r)][ɒv; əv][eɪdʒ] [iːtʃ] [wʌn] [grəuz] [aʊt][ɒv; əv][ðə; ðɪ] [gʌm] .

The	numbers	show	at	what	year	of	age	each	one	grows	out	of	the	gum	.
这	数字	展示	在	什么	年	的	年龄	每个	一	生长	出去	的	这	胶	.

这些数字表示每个牙齿在多大年龄时从牙龈中长出来。

[ðə; ðɪ][fɜːst][fɔː(r)] [tiːθ] [ɒv; əv][ðə; ðɪ]['sekənd] [set] [əˈpɪə(r)] [ɪn][ðə; ðɪ][sɪksθ] [jɪə(r)] ,

The	first	four	teeth	of	the	second	set	appear	in	the	sixth	year	,
这	第一的	四	牙齿	的	这	第二	放	出现	在	这	第六	年	,

第二组牙齿的前四颗在六岁时长出。

[dʒʌst][bɪ'haɪnd][ðə; ði][lɑːst] [mɪlk] [tiːθ] ([fɪg] . -) .

just	behind	the	last	milk	teeth	(	Fig	.	30	)	.
只是	在后面	这	最后的	牛奶	牙齿	(	如图	.	-	)	.

就在最后一颗乳牙的后面（图 30）。

[ðiːz] [tiːθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɒtʃt] ['verɪ] ['kləʊsli] [ænd; ənd] [æt; ət] [ðə; ði] [fɜːst] [saɪn] [ɒv; əv] [dɪ'keɪ] [juː; jʊ]

These	teeth	should	be	watched	very	closely	and	at	the	first	sign	of	decay	you
这些	牙齿	应该	是	观看	非常	密切	和	在	这	第一的	符号	的	衰变	你

[ʃʊd; ʃəd] [gəʊ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['dentɪst] .

should	go	to	the	dentist	.
应该	去	到	这	牙医	.

这些牙齿需要密切观察，一旦出现蛀牙的迹象，就应该去看牙医。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	62	]
[	页	-	]

[第62页]

[æz; əz] [ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [get] [luːs] [ænd; ənd] [kʌm] [aʊt] , [ðə; ði] ['sekənd] [set] [ɒv; əv] [tiːθ] [teɪk] [ðeə(r)]

As	the	milk	teeth	get	loose	and	come	out	,	the	second	set	of	teeth	take	their
作为	这	牛奶	牙齿	得到	松动的	和	来	出去	,	这	第二	放	的	牙齿	拿	他们的

['pleɪsɪz] .

places	.
地方	.

当乳牙松动脱落后，第二组牙齿就会取而代之。

[ɪf] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] [ten] [ɔː(r)] [ɪ'levə)n] [j'iəz] [əʊld] ,

If	you	are	ten	or	eleven	years	old	,
如果	你	是	十	或者	十一	年	老的	,

如果你十岁或十一岁，

[juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv] [twelv] [gʊd] [tiːθ] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌpə(r)] [dʒɔː] [ænd; ənd] [ðə; ði] [seɪm] ['nʌmbə(r)] [bɪ'ləʊ]

you	should	have	twelve	good	teeth	in	the	upper	jaw	and	the	same	number	below
你	应该	有	十二	好的	牙齿	在	这	上	颚	和	这	相同的	数字	以下

.

:
.

你的上颌应该有十二颗健康的牙齿，下颌也应该有相同数量的牙齿。

[ðə; ði] [lɑːst] [wʌnz] [tuː; tə] [breɪk] [θruː] [ðə; ði] [gʌmz] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] [fɔː(r)] ['wɪzdəm] [tiːθ] [æt; ət] [ðə; ði]

The	last	ones	to	break	through	the	gums	are	the	four	wisdom	teeth	at	the
这	最后的	一个	到	休息	通过	这	牙龈	是	这	四	智慧	牙齿	在	这

[bæk] [ɒv; əv] [ðə; ði] [maʊθ] .

back	of	the	mouth	.
后退	的	这	嘴	.

最后萌出的牙齿是位于口腔后部的四颗智齿。

[ðeɪ] [ə'pɪə(r)] ['ɑːftə(r)] [ðə; ði] [ˌsev(ə)n'tiːnθ] [jɪə(r)] .

They	appear	after	the	seventeenth	year	.
他们	出现	后	这	第十七	年	.

它们在十七年后出现。

[ðə; ði] [frʌnt] [tiːθ] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] [ɪn'saɪzəz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] [tuː; tə] [kʌt] [ðə; ði] [fuːd] .

The	front	teeth	are	called	incisors	because	they	are	used	to	cut	the	food	.
这	正面	牙齿	是	称为	门牙	因为	他们	是	用过的	到	切	这	食物	.

前牙被称为门牙，因为它们是用来切割食物的。

[ðə; ði] [bæk] [tiːθ] [ɑː(r); ə(r)] [nemd] [məʊ'ləz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] [ɪn] ['graɪndɪŋ] [ðə; ði] [fuːd] .

The	back	teeth	are	named	molars	because	they	are	used	in	grinding	the	food	.
这	后退	牙齿	是	命名	臼齿	因为	他们	是	用过的	在	研磨	这	食物	.

后牙被称为臼齿，因为它们用于研磨食物。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv] [tiːθ] [nɒt] [kept] [kliːn] ,
32 — Photograph of teeth not kept clean ,
- — 照片 的 牙齿 不是 保留 干净的 ,

32 —牙齿清洁不彻底的照片，

['ʃəʊɪŋ] [haʊ] [dʒɜːrmz][ænd; ənd][ə; eɪ]['saʊə(r)] ['sʌbstəns] [kɔːld] ['æsɪd] [iːt] [həʊlz] [ɪn][ðem; ðəm][ænd; ənd]
showing how germs and a sour substance called acid eat holes in them and
显示 如何 细菌 和 一个 酸的 物质 称为 酸 吃 孔 在 他们 和
[ðʌs] [kɔːz] [dɪ'keɪ] [ænd; ənd] ['tuːθeɪk] .
thus cause decay and toothache .
因此 原因 衰变 和 牙疼 .

展示了细菌和一种叫做酸的酸性物质如何腐蚀牙齿，从而导致蛀牙和牙痛。

['tuːθeɪk] . — ['tuːθeɪk] [ɪz][ə; eɪ] ['kɒmən] ['eɪlmənt] , [ænd; ənd] [jet] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən][biː; bi] [ɪn'taɪəli]
Toothache . — Toothache is a common ailment , and yet it can be entirely
牙疼 . — 牙疼 是 一个 常见的 病痛 , 和 然而 它 能 是 完全
[prɪ'ventɪd] .
prevented .
阻止 .

牙痛——牙痛是一种常见疾病，但它是可以完全预防的。

[ə; eɪ] [tuːθ] [dʌz] [nɒt] [eɪk] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz][ə; eɪ] [həʊl] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .
A tooth does not ache until it has a hole in it .
一个 齿 做 不是 疼痛 直到 它 有 一个 洞 在 它 .

牙齿只有出现蛀牙才会疼痛。

[ðə; ði]['tendə(r)] [nɜːv] [wɪ'ðɪn] [gɪvz] [ˌjuː 'es] ['wɔːnɪŋ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['biːɪŋ] [hɜːt] .
The tender nerve within gives us warning that it is being hurt .
这 投标 神经 之内 给予 我们 警告 那 它 是 存在 伤害 .

内部敏感的神经会发出受伤的警告。

[ðə; ði] ['dentɪst] [kæn; kən] [stɒp] [ðə; ði] [eɪk] [ænd; ənd] [mend] [ðə; ði] [tuːθ] [səʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɒt] [eɪk]
The dentist can stop the ache and mend the tooth so that it will not ache
这 牙医 能 停止 这 疼痛 和 修补 这 齿 所以 那 它 将要 不是 疼痛
[ə'gen] .
again .
再次 .

牙医可以止痛并修复牙齿，使其不再疼痛。

[lʊk] [æt; ət][jɔː(r); jə(r)] [tiːθ] ['evri] [mʌnθ] [ænd; ənd] [fiːl] [ə'baʊt] [ðem; ðəm] [wɪð] [ə; eɪ] ['wʊdn] [tuːθ] -
Look at your teeth every month and feel about them with a wooden tooth -
看 在 你的 牙齿 每一个 月 和 感觉 关于 他们 和 一个 木制的 齿 -
[pɪk] [tuː; tə] [nəʊ] [wen] [ðə; ði] [dɪ'keɪ] [bɪ'gɪnz] .
pick to know when the decay begins .
挑选 到 知道 什么时候 这 衰变 开始 .

每个月检查一次牙齿，用木制牙签感受一下，看看蛀牙何时开始出现。

[ɪf] [ðə; ði]['lɪt(ə)l]
If the little
如果 这 小的

小

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 63]
[页 -]

[第63页]

[həʊlz] [ɑː(r); ə(r)] ['mendɪd] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] [faʊnd] , [juː; jʊ] [wɪl] ['nevə(r)][hæv; həv] ['tuːθeɪk] ,

holes	are	mended	as	soon	as	found	,	you	will	never	have	toothache	,
孔	是	已修复	作为	很快	作为	成立	,	你	将要	绝不	有	牙疼	,

一旦发现蛀牙，立即修补，您将不再受牙痛困扰。

[ænd; ənd][juː; jʊ][kæn; kən] [kiːp] [jɔː(r); jə(r)] [tiːθ] [æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz][juː; jʊ][lɪv; laɪv] .

and	you	can	keep	your	teeth	as	long	as	you	live	.
和	你	能	保持	你的	牙齿	作为	长的	作为	你	居住	.

这样你就能终生保有牙齿。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [slaɪs] [daʊn] [θruː] [ə; eɪ] [tuːθ] ['ʃəʊɪŋ] [ef] , [ðə; ði][ɪ'næm(ə)l] , [ænd; ənd][diː] ,

33	—	Slice	down	through	a	tooth	showing	f	,	the	enamel	,	and	d	,
-	—	片	向下	通过	一个	齿	显示	f	,	这	搪瓷	,	和	d	,

33 —切开牙齿，露出 f（牙釉质）和 d，

[ðə; ði] [sɒft] [pʌlp] [wɪð] [nɜːvz] [ænd; ənd] [blʌd] [tjuːbz] [frɒm; frəm][ðə; ði] [ruːt] [æt; ət][eɪtʃ] .

the	soft	pulp	with	nerves	and	blood	tubes	from	the	root	at	h	.
这	柔软的	纸浆	和	神经	和	血	管子	从	这	根	在	h	.

牙髓柔软，内含神经和血管，从根部延伸至h处。

[haʊ] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [tiːθ] [saʊnd] . — ['evri] [tuːθ] [ɪz] ['kʌvəd] [wɪð] [ə; eɪ]['leɪə(r)][ɒv; əv] [hɑːd]

How	to	keep	the	Teeth	Sound	.	—	Every	tooth	is	covered	with	a	layer	of	hard
如何	到	保持	这	牙齿	声音	.	—	每一个	齿	是	涵盖	和	一个	层	的	难的

['ʃaɪnɪŋ] ['sʌbstəns] [kɔːld] [ɪ'næm(ə)l] ([fɪg] . -) .

shining	substance	called	enamel	(	Fig	.	33	)	.
灼灼	物质	称为	搪瓷	(	如图	.	-	)	.

如何保持牙齿健康——每颗牙齿都覆盖着一层坚硬闪亮的物质，称为牙釉质（图33）。

[səʊ] [lɒŋ] [æz; əz] [ðɪs] [ɪz] [ʌn'brəʊkən] [ðə; ði] [s'ɒftə] ['bəʊni] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [tuːθ] ['kænɒt] [dɪ'keɪ] .

So	long	as	this	is	unbroken	the	softer	bony	part	of	the	tooth	cannot	decay	.
所以	长的	作为	这	是	未破	这	更柔和	骨质	部分	的	这	齿	不能	衰变	.

只要这部分没有破损，牙齿较软的骨质部分就不会腐烂。

[æt; ət][ðə; ði] [beɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [tuːθ] [weə(r)] [ðə; ði] [gʌm] [dʒɔɪnz][ˌaɪ 'tiː][ðə; ði][ɪ'næm(ə)l][ɪz] ['veri] [θɪn] ,

At	the	base	of	the	tooth	where	the	gum	joins	it	the	enamel	is	very	thin	,
在	这	根据	的	这	齿	在哪里	这	胶	加入	它	这	搪瓷	是	非常	薄的	,

牙齿根部与牙龈连接处的牙釉质非常薄。

[səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [skrætʃ] [ɒv; əv][ə; eɪ][pɪn][ɔː(r)]['ʌðə(r)] ['ɪnstrəmənt] [meɪ] [breɪk] [ˌaɪ 'tiː] .

so	that	the	scratch	of	a	pin	or	other	instrument	may	break	it	.
所以	那	这	划痕	的	一个	别针	或者	其他	乐器	可能	休息	它	.

因此，用针或其他工具刮擦都可能将其弄断。

['nevə(r)] [pɪk] [ðə; ði] [tiːθ] [wɪð] [ə; eɪ][pɪn][ɔː(r)] ['niːd(ə)l] .

Never	pick	the	teeth	with	a	pin	or	needle	.
绝不	挑选	这	牙齿	和	一个	别针	或者	针	.

千万不要用针或大头针剔牙。

[ðə; ði] ['baɪtɪŋ] [ɒf] [ɒv; əv] [θred] , ['fɪŋgə(r)] [neɪlz] , [ænd; ənd]['ʌðə(r)] [hɑːd] [mə'tɪəriəl] [meɪ] [kræk] [ðə; ði]

The	biting	off	of	thread	,	finger	nails	,	and	other	hard	material	may	crack	the
这	咬	离开	的	线	,	手指	指甲	,	和	其他	难的	材料	可能	裂缝	这

[ɪ'næm(ə)l] .

enamel	.
搪瓷	.

啃咬线头、指甲和其他硬物可能会导致牙釉质开裂。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['ɔːlsəʊ][biː; bi] ['sɔfənd] [ænd; ənd] ['iːt(ə)n] [ə'weɪ] [baɪ]['æsɪd] [fɔːmd] [weə(r)] [fuːd] [rɪ'meɪnz]

It	may	also	be	softened	and	eaten	away	by	acid	formed	where	food	remains
它	可能	还	是	软化	和	吃	离开	经过	酸	形成	在哪里	食物	遗迹

[ə'baʊt] [ə; eɪ] [tuːθ] .

about	a	tooth	.
关于	一个	齿	.

牙齿周围残留食物产生的酸性物质也会软化并腐蚀牙齿。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ə; eɪ] [kwɪl] [ɔː(r)] ['wʊdn] [pɪk] [ɔː(r)] [piːs] [ɒv; əv] [tʌf] [θred] , [kɔːld] ['dent(ə)l]

For	this	reason	a	quill	or	wooden	pick	or	piece	of	tough	thread	,	called	dental
为了	这	原因	一个	鹅毛笔	或者	木制的	挑选	或者	片	的	艰难的	线	,	称为	牙科

[flɒs] ,

floss	,
牙线	,

因此，可以使用羽毛笔、木制探针或一段坚韧的线，也就是牙线。

[ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [juːst] [tuː; tə][klɪə(r)][ðə; ði] [tiːθ] [ɒv; əv] [fuːd] ['ɑːftə(r)] [iːtʃ] [miːl] .

should	be	used	to	clear	the	teeth	of	food	after	each	meal	.
应该	是	用过的	到	清除	这	牙齿	的	食物	后	每个	一顿饭	.

每餐后都应使用牙刷清除牙齿上的食物残渣。

['slaɪmi] ['mætə(r)] [kə'lekts] ['əʊvə(r)][ðə; ði] [həʊl] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [tiːθ] ,

Slimy	matter	collects	over	the	whole	surface	of	the	teeth	,
黏糊糊的	事情	收集	超过	这	所有的	表面	的	这	牙齿	,

黏液积聚在牙齿的整个表面，

[ænd; ənd][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [dɪ'keɪ] [ɪn] [spɒts] [ən'les] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kliːnd] [ɒf] [naɪt] [ænd; ənd] ['mɔːnɪŋ]

and	is	likely	to	cause	decay	in	spots	unless	it	is	cleaned	off	night	and	morning
和	是	可能	到	原因	衰变	在	地点	除非	它	是	已清洗	离开	夜晚	和	早晨

[wɪð] [brʌʃ] [ænd; ənd]['wɔːtə(r)] .

with	brush	and	water	.
和	刷子	和	水	.

如果不早晚用刷子和水清洗，可能会导致局部腐烂。

[ðə; ði] ['tʃuːɪŋ] [ɒv; əv][draɪ] [krʌsts] [ɒv; əv] [bred] [ɔː(r)] ['krækəz] ['streŋθnz] [ðə; ði] [tiːθ] [ænd; ənd]

The	chewing	of	dry	crusts	of	bread	or	crackers	strengthens	the	teeth	and
这	咀嚼	的	干燥	外壳	的	面包	或者	饼干	加强	这	牙齿	和

[kiːps] [ɒf] [dɪ'keɪ] .

keeps	off	decay	.
保持	离开	衰变	.

咀嚼面包皮或饼干皮可以强健牙齿，预防蛀牙。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	64	]
[	页	-	]

[第64页]

[waɪ] ['kændi] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [swiːts] [kɔːz] [ðə; ði] [tiːθ] [tuː; tə] [dɪ'keɪ] . — [ə; eɪ]['saʊə(r)] ['sʌbstəns]

Why	Candy	and	other	Sweets	cause	the	Teeth	to	Decay	.	—	A	sour	substance
为什么	糖果	和	其他	糖果	原因	这	牙齿	到	衰变	.	—	一个	酸的	物质

[kɔːld] ['æsɪd]['juːʒuəli; 'juːʒəli][stɑːrts][ðə; ði] [dɪ'keɪ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [tuːθ] [baɪ] ['iːtɪŋ] [θruː] [ðə; ði][ɪ'næm(ə)l] .

called	acid	usually	starts	the	decay	of	a	tooth	by	eating	through	the	enamel	.
称为	酸	通常	开始	这	衰变	的	一个	齿	经过	吃	通过	这	搪瓷	.

为什么糖果和其他甜食会导致蛀牙？——一种叫做酸的酸性物质通常会腐蚀牙釉质，从而导致蛀牙。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第3/8页

[dʒɜːrmz] [tʃeɪndʒ] ['ʃʊgə(r)][ænd; ənd]['ʌðə(r)] [swiːts] ['ɪntuː][æn; ən]['æsɪd] .

Germs	**change**	**sugar**	**and**	**other**	**sweets**	**into**	**an**	**acid**	**.**
细菌	改变	糖	和	其他	糖果	进入	一个	酸	.

细菌会将糖和其他甜食转化为酸。

[ðə; ði]['æsɪd][ɪz][nɒt] [meɪd] [æt; ət][wʌns] .

The	**acid**	**is**	**not**	**made**	**at**	**once**	**.**
这	酸	是	不是	制成	在	一次	.

这种酸不是一次性生成的。

[æn; ən]['aʊə(r)][ɔː(r)][mɔː(r)][ɪz] ['niːdɪd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][dʒɜːrmz][tuː; tə] [grəʊ] [tuː; tə] [fɔːm] [ðə; ði]['æsɪd] .

An	**hour**	**or**	**more**	**is**	**needed**	**for**	**the**	**germs**	**to**	**grow**	**to**	**form**	**the**	**acid**	**.**
一个	小时	或者	更多的	是	需要	为了	这	细菌	到	生长	到	形式	这	酸	.

细菌需要至少一小时才能生长并形成酸。

[ɪf] , ['ɑːftə(r)] ['iːtɪŋ] [swiːt] [fuːdz] , [ðə; ði] [maʊθ] [ɪz] [wel] [kliːnd] , [nəʊ]['æsɪd] [wɪl] [biː; bi] [fɔːmd] .

If	**,**	**after**	**eating**	**sweet**	**foods**	**,**	**the**	**mouth**	**is**	**well**	**cleaned**	**,**	**no**	**acid**	**will**	**be**	**formed**	**.**
如果	,	后	吃	甜的	食物	,	这	嘴	是	出色地	已清洗	,	不	酸	将要	是	形成	.

如果吃甜食后彻底清洁口腔，就不会产生酸性物质。

['ʃʊgə(r)][ænd; ənd]['kændi][duː; də][nɒt] , ['ðeəfɔː(r)] , [spɔɪl][ðə; ði] [tiːθ] [ən'les] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][left] ['stɪkɪŋ]

Sugar	**and**	**candy**	**do**	**not**	**,**	**therefore**	**,**	**spoil**	**the**	**teeth**	**unless**	**it**	**is**	**left**	**sticking**
糖	和	糖果	做	不是	,	所以	,	剧透	这	牙齿	除非	它	是	左边	粘性

[ə'baʊt][ðem; ðəm] .

about	**them**	**.**
关于	他们	.

因此，糖和糖果不会损害牙齿，除非它们长时间粘附在牙齿上。

[haʊ] [tuː; tə] [brʌʃ] [ðə; ði] [tiːθ] . — ['evri] [bɔɪ] [ænd; ənd][gɜːl] [ʃʊd; ʃəd] [əʊn] [ə; eɪ] ['tuːθbrʌʃ] .

How	**to**	**brush**	**the**	**Teeth**	**.**	**—**	**Every**	**boy**	**and**	**girl**	**should**	**own**	**a**	**toothbrush**	**.**
如何	到	刷子	这	牙齿	.	—	每一个	男生	和	女孩	应该	自己的	一个	牙刷	.

如何刷牙——每个男孩和女孩都应该拥有一把牙刷。

[ðə; ði] [tiːθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [brʌʃt] ['evri] [naɪt] [ænd; ənd] ['mɔːnɪŋ] [ænd; ənd] [kept] [waɪt] .

The	**teeth**	**should**	**be**	**brushed**	**every**	**night**	**and**	**morning**	**and**	**kept**	**white**	**.**
这	牙齿	应该	是	刷过	每一个	夜晚	和	早晨	和	保留	白色的	.

每天早晚都要刷牙，保持牙齿洁白。

['jeləʊ] [ɔː(r)] [greɪ] ['slaɪmi] [tiːθ] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] ['ʌgli] .

Yellow	**or**	**gray**	**slimy**	**teeth**	**are**	**very**	**ugly**	**.**
黄色的	或者	灰色的	黏糊糊的	牙齿	是	非常	丑陋的	.

黄色或灰色的黏糊糊的牙齿非常难看。

[ðə; ði] [tiːθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [brʌʃt] [ɒn][ðə; ði][ˌɪn'saɪd][æz; əz] [wel] [æz; əz][ɒn][ðə; ði] [ˌaʊt'saɪd] .

The	**teeth**	**should**	**be**	**brushed**	**on**	**the**	**inside**	**as**	**well**	**as**	**on**	**the**	**outside**	**.**
这	牙齿	应该	是	刷过	在	这	里面	作为	出色地	作为	在	这	外部	.

刷牙时，牙齿内外都要刷。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [best] [tuː; tə] [brʌʃ] [ðə; ði] [tiːθ] ['krɒswaɪz] [fɔː(r); fə(r)] [tuː] ['mɪnɪts] [ænd; ənd] [ðen] [spend]

It	is	best	to	brush	the	teeth	crosswise	for	two	minutes	and	then	spend
它	是	最好的	到	刷子	这	牙齿	横向	为了	二	分钟	和	然后	花费

[ə'nʌðə(r)] [tuː] ['mɪnɪts] ['brʌʃɪŋ] [ðə; ði] ['ʌpə(r)] [tiːθ] ['daʊnwədz] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['ləʊə(r)] [tiːθ]

another	two	minutes	brushing	the	upper	teeth	downwards	and	the	lower	teeth
其他	二	分钟	刷牙	这	上	牙齿	向下	和	这	降低	牙齿

['ʌpwədz] .

upwards	.
向上	.

最好先横向刷牙两分钟，然后再用两分钟时间向下刷上牙，向上刷下牙。

[ðɪs] [prɪ'vents] ['pʊʃɪŋ] [ðə; ði] [gʌm] [ə'weɪ] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [tiːθ] .

This	prevents	pushing	the	gum	away	from	the	teeth	.
这	阻止	推动	这	胶	离开	从	这	牙齿	.

这样可以防止牙龈与牙齿分离。

['plenti] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [juːst] [wɪð] [ðə; ði] [brʌʃ] ,

Plenty	of	water	should	be	used	with	the	brush	,
很多	的	水	应该	是	用过的	和	这	刷子	,

刷子上应该蘸取大量的水。

[ænd; ənd] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] [gʊd] ['paʊdə(r)] [ɪz] ['helpf(ə)l] [wʌns] [ə; eɪ] [deɪ] .

and	a	little	good	powder	is	helpful	once	a	day	.
和	一个	小的	好的	粉末	是	有帮助	一次	一个	天	.

每天服用少量优质爽身粉是有益的。

[haʊ] [ðə; ði] ['dentɪst] [kæn; kən] [help] . — ['sʌmtaɪmz] [ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [duː; də] [nɒt] [get] [luːs] [səʊ] [ðæt]

How	the	Dentist	can	Help	.	—	Sometimes	the	milk	teeth	do	not	get	loose	so	that
如何	这	牙医	能	帮助	.	—	有时	这	牛奶	牙齿	做	不是	得到	松动的	所以	那

[ðeɪ] [kæn; kən] [biː; bi] ['pʊld] [wɪð] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [æt; ət] [ðə; ði] [raɪt] [taɪm] .

they	can	be	pulled	with	the	fingers	at	the	right	time	.
他们	能	是	拉	和	这	手指	在	这	正确的	时间	.

牙医如何提供帮助——有时乳牙不会松动，所以无法在适当的时候用手指拔除。

[ðə; ði] ['sekənd] [tiːθ] [ðen] [kʌm] [ɪn] [æt; ət] [wʌn] [saɪd] [ænd; ənd] [meɪ] ['nevə(r)] [get] [streɪt] [ɪn] [pleɪs] .

The	second	teeth	then	come	in	at	one	side	and	may	never	get	straight	in	place	.
这	第二	牙齿	然后	来	在	在	一	边	和	可能	绝不	得到	直的	在	地方	.

第二颗牙齿会从一侧长出来，而且可能永远无法长到笔直的位置。

[ðeɪ] [ðen] [spɔɪl] [ðə; ði] [ə'pɪərəns] [ɒv; əv] [ðə; ði] [feɪs]

They	then	spoil	the	appearance	of	the	face
他们	然后	剧透	这	外貌	的	这	脸

它们会破坏面部美观。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	65	]
[	页	-	]

[第65页]

[ænd; ənd] [duː; də] [pɔː(r); pʊə(r)] [wɜːk] [ɪn] ['tʃuːɪŋ] .

and	do	poor	work	in	chewing	.
和	做	贫穷的	工作	在	咀嚼	.

咀嚼能力差。

[ðə; ði] ['dentɪst] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ɑːskt] [tuː; tə] [help] ['streɪtn] [ðə; ði] [tiːθ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] [ðeɪ]

The	dentist	should	be	asked	to	help	straighten	the	teeth	as	soon	as	they
这	牙医	应该	是	问	到	帮助	拉直	这	牙齿	作为	很快	作为	他们

[ə'pɪə(r)] ['krʊkɪd] .

appear	crooked	.
出现	歪	.

一旦发现牙齿歪斜，就应该立即请牙医帮忙矫正。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ɪg'zækt] ['drɔːɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] [tiːθ] [ɒv; əv] [tuː] [p'ɜːsənz] .
34 — Exact drawing of the teeth of two persons .
- — 精确的 绘画 的 这 牙齿 的 二 人 .

34 — 两个人牙齿的精确绘图。

[ðəʊz] [ɪn][ðə; ði]['ləʊə(r)]['pɪktʃə(r)][bɪ'gæn][tuː; tə] [dɪ'keɪ] ['əʊvə(r)] ['twenti] - [faɪv] [j'iəz] [ə'gəʊ][ænd; ənd] [ðeɪ]
Those in the lower picture began to decay over twenty - five years ago and they
那些 在 这 降低 图片 开始 到 衰变 超过 二十 - 五 年 前 和 他们
[wɜː(r); wə(r)] [ðen] [fɪld] [səʊ][æz; əz][tuː; tə] [rɪ'meɪn] ['pɜːfɪkt] .
were then filled so as to remain perfect .
是 然后 已填 所以 作为 到 保持 完美的 .

下图中的那些东西在二十五年前就开始腐烂，后来被填满，以保持完好无损。

[ðə; ði] [tiːθ] [ɪn][ðə; ði] ['ʌpə(r)] ['pɪktʃə(r)][bɪ'gæn][tuː; tə] [dɪ'keɪ] [les] [ðæn; ðən][ten] [j'iəz] [ə'gəʊ][bʌt; bət]
The teeth in the upper picture began to decay less than ten years ago but
这 牙齿 在 这 上 图片 开始 到 衰变 较少的 比 十 年 前 但
[wɜː(r); wə(r)][nɒt] [fɪld] .
were not filled .
是 不是 已填 .

上图中的牙齿在不到十年前就开始蛀牙，但还没有进行补牙。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [waɪz] [tuː; tə][hæv; həv][ðə; ði] ['dentɪst] [ɪg'zæmɪn] [ðə; ði] [tiːθ] [wʌns][ɔː(r)] [twaɪs] ['evri] [jɪə(r)]
It is wise to have the dentist examine the teeth once or twice every year
它 是 明智的 到 有 这 牙医 检查 这 牙齿 一次 或者 两次 每一个 年
[ænd; ənd] [rɪ'muːv] [ə; eɪ]['laɪmi] ['sʌbstəns] [kɔːld] ['tɑːtə(r)] [kə'lektɪŋ] [æt; ət][ðeə(r)] [beɪs] .
and remove a limy substance called tartar collecting at their base .
和 消除 一个 石灰质 物质 称为 鞑靼 收集 在 他们的 根据 .

每年让牙医检查一到两次牙齿，并清除牙齿根部积聚的称为牙垢的石灰质物质，这是明智之举。

[ðə; ði] ['dentɪst] [kæn; kən] [stɒp] [ðə; ði] [dɪ'keɪ] [ɪn][ə; eɪ] [tuːθ] [baɪ] ['kliːnɪŋ]
The dentist can stop the decay in a tooth by cleaning
这 牙医 能 停止 这 衰变 在 一个 齿 经过 打扫

牙医可以通过清洁牙齿来阻止蛀牙。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 66]
[页 -]

[第66页]

[aʊt] [ðə; ði]['lɪt(ə)l] [həʊl] [ænd; ənd] ['fɪlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [gəʊld][ɔː(r)][sʌm; səm]['ʌðə(r)] [mə'tɪəriəl] .
out the little hole and filling it with gold or some other material .
出去 这 小的 洞 和 填充 它 和 金子 或者 一些 其他 材料 .

从小孔中取出，然后用黄金或其他材料填充。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [kɔːz] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [peɪn] [ænd; ənd] [ɪk'spens] [tuː; tə][hæv; həv][ðə; ði] [tiːθ] [fɪld] ,
It may cause a little pain and expense to have the teeth filled ,
它 可能 原因 一个 小的 疼痛 和 费用 到 有 这 牙齿 已填 ,

补牙可能会带来一些疼痛和费用，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [seɪv] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] [peɪn] [ænd; ənd] [ɪk'spens] ['leɪtə(r)] .
but it will save a hundred times as much pain and expense later .
但 它 将要 节省 一个 百 时代 作为 很多 疼痛 和 费用 之后 .

但这会在以后为你省去百倍的痛苦和费用。

[ðə; ði][sɪks] [jɪə(r)] [məʊ'ləz] [niːd] ['speʃ(ə)l] [keə(r)][æz; əz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['laɪkli] [tuː; tə] [dɪ'keɪ] ['ɜːli] .
The six year molars need special care as they are likely to decay early .
这 六 年 臼齿 需要 特别的 关心 作为 他们 是 可能 到 衰变 早期的 .

六岁臼齿需要特别护理，因为它们容易早期龋坏。

['i:v(ə)n][ðə; ði][mɪlk] [ti:θ] ['ɒf(ə)n] [ni:d] ['fɪlɪŋ] [səʊ][ðæt] [ðeɪ] [wɪl] [nɒt][bi:; bi][lɒst] [tu:] [su:n] .

Even	the	milk	teeth	often	need	filling	so	that	they	will	not	be	lost	too	soon	.
甚至	这	牛奶	牙齿	经常	需要	填充	所以	那	他们	将要	不是	是	丢失的	也	很快	.

即使是乳牙也经常需要补牙，以免过早脱落。

[bæd] [ti:θ] [kɔ:z] ['sɪknəs] . — [wen] ['eniθɪŋ] [di'kei] , [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [fʊl] [ɒv; əv][dʒɜ:rmz] ,

Bad	Teeth	cause	Sickness	.	—	When	anything	decays	,	it	is	full	of	germs	,
坏的	牙齿	原因	疾病	.	—	什么时候	任何事物	衰变	,	它	是	满的	的	细菌	,

牙齿不好会导致疾病。——任何东西腐烂后都会滋生细菌。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)] ['ɔ:lweɪz] ['gɪvɪŋ] [ɒf] [sʌm; səm]['pɔɪz(ə)n] .

and	they	are	always	giving	off	some	poison	.
和	他们	是	总是	给予	离开	一些	毒	.

而且它们总是会释放一些毒素。

[ðə; ði]['pɔɪz(ə)n] [meɪ] [hɜ:t] [ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə] [meɪk] [pɑ:ts] [ɒv; əv][ðə; ði] [maʊθ] [sɔ:(r)]

The	poison	may	hurt	the	body	and	is	likely	to	make	parts	of	the	mouth	sore
这	毒	可能	伤害	这	身体	和	是	可能	到	制作	部分	的	这	嘴	疮

[ænd; ənd]['tendə(r)][səʊ] [ðæt] ['ʌðə(r)][dʒɜ:rmz][ɒv; əv] [dɪ'zi:z] [kæn; kən] [breɪk] [θru:] ['ɪntu:][ðə; ði] [fleʃ] .

and	tender	so	that	other	germs	of	disease	can	break	through	into	the	flesh	.
和	投标	所以	那	其他	细菌	的	疾病	能	休息	通过	进入	这	肉	.

这种毒素可能会伤害身体，并可能导致口腔部分区域疼痛和触痛，从而使其他致病细菌能够侵入肌肉组织。

[dɪ'zi:z] [dʒɜ:rmz][kæn; kən] ['i:zəli] [lɒdʒ] [ɪn][ðə; ði] [həʊlz] [ɒv; əv] [dɪ'keɪɪŋ] [ti:θ] , [grəʊ] [ɪn] ['nʌmbəz] ,

Disease	germs	can	easily	lodge	in	the	holes	of	decaying	teeth	,	grow	in	numbers	,
疾病	细菌	能	容易地	小屋	在	这	孔	的	腐烂的	牙齿	,	生长	在	数字	,

致病细菌很容易在蛀牙的牙洞里滋生繁殖，

[ænd; ənd] ['faɪnəli] [kɔ:z] [dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] , [sɔ:(r)] [θrəʊt] , [ɔ:(r)]['ʌðə(r)] ['eɪlmənts] .

and	finally	cause	diphtheria	,	sore	throat	,	or	other	ailments	.
和	最后	原因	白喉	,	疮	喉	,	或者	其他	疾病	.

最终可能导致白喉、咽喉痛或其他疾病。

[fɔ:(r)] [aʊt] [ɒv; əv] ['evri] [faɪv] ['tʃɪldrən] ['sʌfərɪŋ] [frɒm; frəm][dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə][ɔ:(r)]['ʌðə(r)] [θrəʊt] [ɔ:(r)]

Four	out	of	every	five	children	suffering	from	diphtheria	or	other	throat	or
四	出去	的	每一个	五	孩子们	痛苦	从	白喉	或者	其他	喉	或者

[ɪə(r)] ['trʌb(ə)lz] [ɑ:(r); ə(r)] [faʊnd] [tu:; tə][hæv; həv][frɒm; frəm][wʌn][tu:; tə][ten][bæd] [ti:θ] .

ear	troubles	are	found	to	have	from	one	to	ten	bad	teeth	.
耳朵	麻烦	是	成立	到	有	从	一	到	十	坏的	牙齿	.

每五个患有白喉或其他咽喉或耳部疾病的儿童中，有四个被发现有 1 到 10 颗坏牙。

[ju:; jʊ][mʌst; məst] [ki:p] [gʊd] [ti:θ] [ɪf] [ju:; jʊ] [wɪʃ] [tu:; tə][bi:; bi] [wel] [ænd; ənd] [strɒŋ] .

You	must	keep	good	teeth	if	you	wish	to	be	well	and	strong	.
你	必须	保持	好的	牙齿	如果	你	希望	到	是	出色地	和	强的	.

想要身体健康强壮，就必须保持良好的牙齿。

[ðə; ði]['vælju:][ɒv; əv] [saʊnd] [ti:θ] . — [saʊnd] [ti:θ] [wɪtʃ] [wɪl] [du:; də] [gʊd] [wɜ:k] [ɪn] ['tʃu:ɪŋ] [fu:d]

The	Value	of	Sound	Teeth	.	—	Sound	teeth	which	will	do	good	work	in	chewing	food
这	价值	的	声音	牙齿	.	—	声音	牙齿	哪个	将要	做	好的	工作	在	咀嚼	食物

[ɑ:(r); ə(r)] [wɜ:θ] [mɔ:(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] [fʊt] [ɔ:(r)][æn; ən][ɑ:m] .

are	worth	more	than	a	foot	or	an	arm	.
是	值得	更多的	比	一个	脚	或者	一个	手臂	.

健康牙齿的价值——能够很好地咀嚼食物的健康牙齿比一双脚或一条胳膊更有价值。

[ɪf] [ðə; ði] [fʊt] [ɔ:(r)] [ɑ:m] [ɪz] [lɒst] ,

If	the	foot	or	arm	is	lost	,
如果	这	脚	或者	手臂	是	丢失的	,

如果失去的是脚或胳膊，

[ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə][get] [wel] [ænd; ənd][bi:; bi][æz; əz] ['helθi] [æz; əz]['evə(r)] .

the	body	is	likely	to	get	well	and	be	as	healthy	as	ever	.
这	身体	是	可能	到	得到	出色地	和	是	作为	健康	作为	曾经	.

身体很可能会康复，恢复到以往的健康状态。

[ðə; ði] [helθ] [ɒv; əv][ðə; ði] [həʊl] ['bɒdi] [dɪ'pendz] [ə'pɒn][ðə; ði] [wɜːk] [dʌn] [baɪ][ðə; ði] [tiːθ] .

The	health	of	the	whole	body	depends	upon	the	work	done	by	the	teeth	.
这	健康	的	这	所有的	身体	取决于	之上	这	工作	完毕	经过	这	牙齿	.

整个身体的健康都取决于牙齿的功能。

[ən'les] [ðeɪ] [duː; də][ðeə(r)] [pɑːt] [ðə; ði] ['stʌmək] ['kænɒt] [get] [ðə; ði] [fuːd] ['redi] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [blʌd] .

Unless	they	do	their	part	the	stomach	cannot	get	the	food	ready	for	the	blood	.
除非	他们	做	他们的	部分	这	胃	不能	得到	这	食物	准备好	为了	这	血	.

如果它们不各司其职，胃就无法为血液做好食物准备。

[ə; eɪ] [pɑːt] [ɒv; əv] ['bædli] [tʃuː] [fuːd] [ɪz] [tɜːnd] ['ɪntuː][ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n]

A	part	of	badly	chewed	food	is	turned	into	a	poison
一个	部分	的	糟糕	咀嚼	食物	是	转向	进入	一个	毒

未充分咀嚼的食物的一部分会转化为毒素。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	67	]
[	页	-	]

[第67页]

['fɑːðə(r)] [daʊn] [ɪn][ðə; ði] [fuːd] [kə'næl] .

farther	down	in	the	food	canal	.
更远	向下	在	这	食物	运河	.

在食道更深处。

[ðɪs] [ɪz] [wɒt] [meɪks] ['meni] ['piːp(ə)l] [fiːl] [səʊ]['taɪəd][ænd; ənd] ['mɪzrəbl] [mʌtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði] [taɪm] .

This	is	what	makes	many	people	feel	so	tired	and	miserable	much	of	the	time	.
这	是	什么	制作	许多	人们	感觉	所以	疲劳的	和	悲惨的	很多	的	这	时间	.

这就是为什么很多人经常感到疲惫和痛苦的原因。

['hʌndrədz] [ɒv; əv] [men] [hæv; həv] [biːn] [rɪ'fjuːzd] [əd'mɪʃ(ə)n] [tuː; tə]['aʊə(r)] ['ɑːmi] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ]

Hundreds	of	men	have	been	refused	admission	to	our	army	because	they
数百	的	男人	有	到过	拒绝	入学	到	我们的	军队	因为	他们

[hæv; həv][pɔː(r); pʊə(r)] [tiːθ] .

have	poor	teeth	.
有	贫穷的	牙齿	.

数百名男子因牙齿不好而被拒绝入伍。

['səʊldʒəz][mʌst; məst][biː; bi] [strɒŋ] [ænd; ənd] [wel] [tuː; tə] [teɪk] [lɒŋ] ['maːtʃiz] [ænd; ənd] [faɪt] ['bæt(ə)lz] .

Soldiers	must	be	strong	and	well	to	take	long	marches	and	fight	battles	.
士兵	必须	是	强的	和	出色地	到	拿	长的	游行	和	斗争	战斗	.

士兵必须身体强壮、精神饱满，才能进行长途行军和战斗。

[saʊnd] [tiːθ] [gɪv] [streŋθ] [ænd; ənd] [helθ] .

Sound	teeth	give	strength	and	health	.
声音	牙齿	给	力量	和	健康	.

健康的牙齿带来力量和健康。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] [maʊθ] [biː; bi] [wɒʃt] [aʊt] ['evri] [deɪ] ? [ˌtuː'tuː] .

Why	should	the	mouth	be	washed	out	every	day	?	2	.
为什么	应该	这	嘴	是	洗过	出去	每一个	天	?	2	.

1. 为什么应该每天漱口? 2.

[wen] [duː; də][ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [ə'pɪə(r)] ? [θriː] .

When	do	the	milk	teeth	appear	?	3	.
什么时候	做	这	牛奶	牙齿	出现	?	3	.

3. 乳牙什么时候萌出?

[wen] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [mɪlk] [tiːθ] [lɒst] ? [fɔːr] .

When	are	the	milk	teeth	lost	?	4	.
什么时候	是	这	牛奶	牙齿	丢失的	?	4	.

4. 乳牙什么时候脱落?

[haʊ] ['meni] [tiːθ] [hæv; həv][juː; jʊ] ?

How	many	teeth	have	you	?
如何	许多	牙齿	有	你	?

你有多少颗牙齿?

[faɪv] . [haʊ] ['meni] [ʃəʊ] [saɪnz] [ɒv; əv] [dɪ'keɪ] ? [sɪks] .

5	.	How	many	show	signs	of	decay	?	6	.
5	.	如何	许多	展示	标志	的	衰变	?	6	.

5. 有多少出现腐烂迹象? 6.

[haʊ] [meɪ] ['tuːθeɪk] [biː; bi] [prɪ'ventɪd] ? ['sɛvən] .

How	may	toothache	be	prevented	?	7	.
如何	可能	牙疼	是	阻止	?	7	.

如何预防牙痛? 7.

[haʊ] [meɪ] [ðə; ði] [tiːθ] [biː; bi] [kept] [saʊnd] ? [eit] .

How	may	the	teeth	be	kept	sound	?	8	.
如何	可能	这	牙齿	是	保留	声音	?	8	.

如何保持牙齿健康? 8.

[waɪ] [duː; də] [swiːts] [kɔːz] [ðə; ði] [tiːθ] [tuː; tə] [dɪ'keɪ] ? [naɪn] .

Why	do	sweets	cause	the	teeth	to	decay	?	9	.
为什么	做	糖果	原因	这	牙齿	到	衰变	?	9	.

为什么甜食会导致蛀牙? 9.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [brʌʃ] [jɔː(r); jə(r)] [tiːθ] ? - .

How	should	you	brush	your	teeth	?	10	.
如何	应该	你	刷子	你的	牙齿	?	-	.

你应该如何刷牙? 10.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] ['dentɪst] [ɪg'zæmɪn] [jɔː(r); jə(r)] [tiːθ] ['evri] [jɪə(r)] ? - .

Why	should	the	dentist	examine	your	teeth	every	year	?	11	.
为什么	应该	这	牙医	检查	你的	牙齿	每一个	年	?	-	.

为什么牙医应该每年检查你的牙齿? 11.

[waɪ] [ɑː(r); ə(r)] [saʊnd] [tiːθ] [ɒv; əv] [greɪt] [wɜːθ] ?

Why	are	sound	teeth	of	great	worth	?
为什么	是	声音	牙齿	的	伟大的	值得	?

为什么健康的牙齿如此重要?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	68	]
[	页	-	]

[第68页]

['tʃæptə(r)] [ɪks]

CHAPTER	IX
章	第九章

第九章

[ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks]

ALCOHOLIC	DRINKS
酗酒者	饮料

酒精饮料

[drɪŋk] ['niːdɪd] [fɔː(r); fə(r)] [helθ] . — ['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [swet] [ænd; ənd][ɪn]['ʌðə(r)] [weɪz] [ɪz]

Drink	needed	for	Health	.	—	Water	in	the	form	of	sweat	and	in	other	ways	is
喝	需要	为了	健康	.	—	水	在	这	形式	的	汗	和	在	其他	方式	是

['kɒnstəntli] ['pɑːsɪŋ] [ɒf] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['bɒdi] .

constantly	passing	off	from	the	body	.
不断地	通过	离开	从	这	身体	.

保持健康所需的水分——人体会以汗液和其他方式不断排出水分。

[ðɪs] ['wɔːtə(r)] ['kæriz] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː][ðə; ði] [weɪst] ['mætə(r)] [wɪtʃ] , [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [rɪ'meɪnd] , [wʊd] ['pɔɪz(ə)n]

This	water	carries	with	it	the	waste	matter	which	,	if	it	remained	,	would	poison
这	水	携带	和	它	这	浪费	事情	哪个	,	如果	它	剩余	,	会	毒

[ðə; ði] ['bɒdi] .

the	body	.
这	身体	.

这种水携带着废物，如果这些废物残留下来，就会毒害人体。

[ðeə(r)] [ɪz][sʌm; səm]['wɔːtə(r)][ɪn][ðə; ði] [fuːd] [wiː; wi] [iːt] ,

There	is	some	water	in	the	food	we	eat	,
那里	是	一些	水	在	这	食物	我们	吃	,

我们所吃的食物中含有一些水分。

[bʌt; bət] [nɒt] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [sə'plaɪ] [ðə; ði] ['wɒnts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

but	not	enough	to	supply	the	wants	of	the	body	.
但	不是	足够的	到	供应	这	想要	的	这	身体	.

但不足以满足身体的需求。

[sʌm; səm] [p'ɜːsənz] [θɪŋk] [ðæt] [ðə; ði] ['bɒdi] [niːdz] [bɪə(r)][ɔː(r)] [waɪn] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] [gʊd] ['ɔːdə(r)] .

Some	persons	think	that	the	body	needs	beer	or	wine	to	keep	it	in	good	order	.
一些	人	思考	那	这	身体	需求	啤酒	或者	葡萄酒	到	保持	它	在	好的	命令	.

有些人认为身体需要啤酒或葡萄酒来保持良好状态。

[ðiːz] ['lɪkwɪdz] , [æz; əz] [wel] [æz; əz] ['wɪski] , ['brændi] , [ænd; ənd] [rʌm] , [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] [ˌælkə'hɒlɪk]

These	liquids	,	as	well	as	whisky	,	brandy	,	and	rum	,	are	called	alcoholic
这些	液体	,	作为	出色地	作为	威士忌酒	,	白兰地	,	和	朗姆酒	,	是	称为	酗酒者

[drɪŋks] .

drinks	.
饮料	.

这些液体，以及威士忌、白兰地和朗姆酒，都被称为酒精饮料。

[ðə; ði] ['leɪtɪst] [ɪk'sperɪm(ə)nts][ænd; ənd] ['stʌdiz] [ʃəʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['bɒdi] ['nevə(r)] [niːdz] [ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks]

The	latest	experiments	and	studies	show	that	the	body	never	needs	alcoholic	drinks
这	最新的	实验	和	研究	展示	那	这	身体	绝不	需求	酗酒者	饮料

[tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][ðə; ði] [best] [ɒv; əv] [helθ] .

to	keep	it	in	the	best	of	health	.
到	保持	它	在	这	最好的	的	健康	.

最新的实验和研究表明，人体根本不需要酒精饮料来保持最佳健康状态。

[ðiːz] [drɪŋks] ['sʌmtaɪmz] [meɪk] [ðə; ði] ['bɒdi] [sɪk] , [ænd; ənd] [ɪf] [mʌtʃ] ['ælkəhɒl] [ɪz]['teɪkən][æt; ət][wʌn]

These	drinks	sometimes	make	the	body	sick	,	and	if	much	alcohol	is	taken	at	one
这些	饮料	有时	制作	这	身体	生病的	,	和	如果	很多	酒精	是	已采取	在	一

[taɪm] ,

time	,
时间	,

这些饮料有时会使身体感到不适，如果一次性饮用大量酒精饮料，

[ðə; ði]['pɜːs(ə)n] [bɪ'kʌmz] ['dɪzi] , ['stægəz] , [ænd; ənd] [meɪ] [fɔːl] [daʊn] [ænd; ənd][gəʊ][tuː; tə] [sliːp] .

the	person	becomes	dizzy	,	staggers	,	and	may	fall	down	and	go	to	sleep	.
这	人	变成	晕眩的	,	踉跄	,	和	可能	落下	向下	和	去	到	睡觉	.

患者会感到头晕、步履蹒跚，甚至跌倒在地睡着。

[ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][fɔ:(r); fə(r)] [drɪŋk] . — [wen] [pɑ:ts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [hæv; həv] [tu:] ['lɪt(ə)l]['wɔ:tə(r)] ,

The	Desire	for	Drink	.	—	When	parts	of	the	body	have	too	little	water	,
这	欲望	为了	喝	.	—	什么时候	部分	的	这	身体	有	也	小的	水	,

饮水欲望——当身体某些部位缺水时，

[ðeə(r)] [ɪz][ə; eɪ] ['lɒŋɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)] [drɪŋk] .

there	is	a	longing	for	drink	.
那里	是	一个	渴望	为了	喝	.

他渴望喝酒。

[ðɪs] [ɪz] [kɔ:ld] [θɜ:st] .

This	is	called	thirst	.
这	是	称为	口渴	.

这叫做口渴。

[æz; əz] [su:n] [æz; əz][ə; eɪ] [kʌp] [ɒv; əv]['wɔ:tə(r)][ɪz] [drʌŋk] [ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][ɪz]['sætɪsfaɪd] .

As	soon	as	a	cup	of	water	is	drunk	the	desire	is	satisfied	.
作为	很快	作为	一个	杯子	的	水	是	醉	这	欲望	是	使满意	.

喝下一杯水后，欲望就得到了满足。

[ðeə(r)] [ɪz][nəʊ]['deɪndʒə(r)][ɒv; əv] ['drɪŋkɪŋ] [tu:] [mʌtʃ] [pjʊə(r)]['wɔ:tə(r)] .

There	is	no	danger	of	drinking	too	much	pure	water	.
那里	是	不	危险	的	喝	也	很多	纯的	水	.

饮用过量纯净水没有危险。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	69	]
[	页	-	]

[第69页]

[p'ɜ:sənz] [hu:] [hæv; həv] [bi:n] [ə'kʌstəmd] [tu:; tə][ju:z][ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] [hæv; həv][ə; eɪ] [θɜ:st] [wɪtʃ]

Persons	who	have	been	accustomed	to	use	alcoholic	drink	have	a	thirst	which
人	WHO	有	到过	习惯	到	使用	酗酒者	喝	有	一个	口渴	哪个

['wɔ:tə(r)] [dʌz] [nɒt] ['sætɪsfaɪ] .

water	does	not	satisfy	.
水	做	不是	满足	.

习惯饮酒的人，喝水是无法满足其口渴感的。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][æn; ən] [ʌn'nætʃrəl] [θɜ:st] .

It	is	an	unnatural	thirst	.
它	是	一个	不自然	口渴	.

这是一种不自然的口渴。

['i:v(ə)n][bɪə(r)][ɔ:(r)] [waɪn] [wɪl] [nɒt]['sætɪsfaɪ] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [θɜ:st] [ɪk'sept] [fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ] [fju:] ['mɪnɪts] .

Even	beer	or	wine	will	not	satisfy	such	a	thirst	except	for	a	few	minutes	.
甚至	啤酒	或者	葡萄酒	将要	不是	满足	这样的	一个	口渴	除了	为了	一个	很少	分钟	.

即使是啤酒或葡萄酒，也只能暂时缓解这种口渴感，最多也就持续几分钟。

['veri] ['ɒf(ə)n][ə; eɪ] ['pɜ:rsənz] [θɜ:st] [ɪz][nɒt] ['sætɪsfaɪd] [ʌn'tɪl] [hi:; hi][hæz; həz] [ju:st] [səʊ] [mʌtʃ] [waɪn][ɔ:(r)]

Very	often	a	person's	thirst	is	not	satisfied	until	he	has	used	so	much	wine	or
非常	经常	一个	人的	口渴	是	不是	使满意	直到	他	有	用过的	所以	很多	葡萄酒	或者

['wɪski] [ðæt] [hi:; hi] [bɪ'kʌmz] [dʌl] [ænd; ənd] [ʌn'stedi] [ɪn][hɪz; ɪz] [wɔ:k] .

whisky	that	he	becomes	dull	and	unsteady	in	his	walk	.
威士忌酒	那	他	变成	乏味的	和	不稳定	在	他的	走	.

很多时候，一个人只有喝了大量的葡萄酒或威士忌，以至于走路都变得迟钝不稳，才能真正感到口渴。

[hi:; hi][ɪz] [ðen] [sed] [tu:; tə][bi:; bi] [drʌŋk] .

He	is	then	said	to	be	drunk	.
他	是	然后	说	到	是	醉	.

据说他当时喝醉了。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [jiːst] [plɑːnts] ['grəʊɪŋ] [æz; əz][ɪn][ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ɒv; əv][bɪə(r)][ænd; ənd] [waɪn] .
35 — Yeast plants growing as in the making of beer and wine .
- — 酵母 植物 生长 作为 在 这 制作 的 啤酒 和 葡萄酒 .

35 —酵母植物的生长，如啤酒和葡萄酒的酿造。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .
Much enlarged .
很多 放大 .

尺寸大幅增大。

[haʊ] [ðə; ði] [jiːst] [plɑːnt] [meɪks] ['ælkəhɒl] . — [ɪn][ðə; ði] [keɪk] [ɒv; əv] [jiːst] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ði]['grəʊsəri]
How the Yeast Plant makes Alcohol . — In the cake of yeast bought at the grocery
如何 这 酵母 植物 制作 酒精 . — 在 这 蛋糕 的 酵母 买 在 这 杂货店
[ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)] [m'ɪliənz] [ɒv; əv]['taɪni][plɑːnts] ,
there are millions of tiny plants ,
那里 是 百万 的 微小的 植物 ,

酵母菌如何产生酒精——在超市购买的酵母块中含有数百万个微小的酵母菌，

[iːtʃ] [ʃeɪpt] ['sʌmwɒt] [laɪk] [ə; eɪ][pə'teɪtəʊ] .
each shaped somewhat like a potato .
每个 形状 有些 喜欢 一个 土豆 .

每个形状都有点像土豆。

[ðɪs] [streɪndʒ] ['lɪt(ə)l][plɑːnt] [wɪl] [grəʊ] ['veri] ['ræpɪdli] [wen] [pʊt]['ɪntuː] ['eni] [swiːt] ['wɔːtəri] ['sʌbstəns] .
This strange little plant will grow very rapidly when put into any sweet watery substance .
这 奇怪的 小的 植物 将要 生长 非常 快速 什么时候 放 进入 任何 甜的 水状的 物质 .

这种奇特的小植物只要放入任何甜的液体中就会迅速生长。

[ˌaɪ 'tiː] [sendz] [aʊt] [ə; eɪ] [bʌd] [wɪtʃ] [grəuz] ['lɑːdʒə(r)][ænd; ənd]['lɑːdʒə(r)] [ʌn'tɪl] [ɪn][ə; eɪ][hɑːf]['aʊə(r)][ðə; ði]
It sends out a bud which grows larger and larger until in a half hour the
它 发送 出去 一个 芽 哪个 生长 更大的 和 更大的 直到 在 一个 一半 小时 这
[bʌd] [ɪz][æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][ðə; ði][əʊld][plɑːnt] .
bud is as large as the old plant .
芽 是 作为 大的 作为 这 老的 植物 .

它会萌发出一个花苞，这个花苞会越长越大，半小时后，花苞就和老植株一样大了。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [ðen] [breɪk] [luːs] [ænd; ənd] [grəʊ] ['ʌðə(r)] [bʌdz] , [dʒʌst] [laɪk] [ðə; ði] ['mʌðə(r)] [plɑːnt] .
It may then break loose and grow other buds , just like the mother plant .
它 可能 然后 休息 松动的 和 生长 其他 花蕾 , 只是 喜欢 这 母亲 植物 .

然后它可能会像母株一样，挣脱束缚，长出其他花蕾。

[wen] [jiːst] [grəuz] ,
When yeast grows ,
什么时候 酵母 生长 ,

当酵母生长时，

[ˌaɪ 'tiː] ['tʃeɪndʒɪz] [ðə; ði]['ʃʊgə(r)][ɔː(r)] [swiːt] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði]['wɔːtə(r)]['ɪntuː]['ælkəhɒl][ænd; ənd][ə; eɪ][gæs]
it changes the sugar or sweet part of the water into alcohol and a gas
它 变化 这 糖 或者 甜的 部分 的 这 水 进入 酒精 和 一个 气体
[kɔːld] ['kɑːbən] [daɪ'ɒksaɪd] .
called carbon dioxide .
称为 碳 二氧化硫 .

它将水中的糖分或甜味转化为酒精和二氧化碳气体。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðɪs] [gæs] [wɪtʃ] [meɪks] [bɪə(r)] [fəʊm] [ænd; ənd] ['bʌb(ə)l] [wen] ['əʊpənd] .
It is this gas which makes beer foam and bubble when opened .
它 是 这 气体 哪个 制作 啤酒 泡沫 和 气泡 什么时候 打开 .

正是这种气体使啤酒在打开时产生泡沫和气泡。

[ɔːl] ['ælkəhɒl] [juːst] [ɪn][bɪə(r)] , ['pɔːtə(r)] , [eɪl] , [waɪn] , ['brændi] , [rʌm] , [dʒɪn] ,

All	alcohol	used	in	beer	,	porter	,	ale	,	wine	,	brandy	,	rum	,	gin	,
全部	酒精	用过的	在	啤酒	,	搬运工	,	麦芽酒	,	葡萄酒	,	白兰地	,	朗姆酒	,	杜松子酒	,

啤酒、波特啤酒、麦芽酒、葡萄酒、白兰地、朗姆酒、金酒中使用的所有酒精

[ænd; ənd] ['wɪski] [ɪz] [meɪd] [baɪ] [jiːst] [plɑːnts] .

and	whisky	is	made	by	yeast	plants	.
和	威士忌酒	是	制成	经过	酵母	植物	.

威士忌是由酵母植物酿造的。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv] ['spraʊtɪd] ['bɑːli] [greɪnz] [kɔːld] [mɔːlt; mɒlt] .

36	—	Photograph	of	sprouted	barley	grains	called	malt	.
-	—	照片	的	发芽	大麦	谷物	称为	麦芽	.

36 —发芽的大麦粒（称为麦芽）的照片。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	70	]
[	页	-	]

[第70页]

[haʊ] [bɪə(r)][ɪz] [meɪd] . — [ðeə(r)] [ɪz][mɔː(r)][bɪə(r)] [juːst] [ðæn; ðən] ['eni] ['ʌðə(r)] [ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] .

How	Beer	is	Made	.	—	There	is	more	beer	used	than	any	other	alcoholic	drink	.
如何	啤酒	是	制成	.	—	那里	是	更多的	啤酒	用过的	比	任何	其他	酗酒者	喝	.

啤酒的酿造方法——啤酒的使用量比任何其他酒精饮料都多。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tʃiːp] [ænd; ənd][ɪz] [mʌtʃ] [wiːkə] [ɪn]['ælkəhɒl][ðæn; ðən] [waɪn] [ɔː(r)] ['wɪski] .

It	is	cheap	and	is	much	weaker	in	alcohol	than	wine	or	whisky	.
它	是	便宜的	和	是	很多	较弱	在	酒精	比	葡萄酒	或者	威士忌酒	.

它价格便宜，而且酒精度比葡萄酒或威士忌低得多。

['əʊnli] [ə'baʊt] [wʌn] ['twentiəθ] [pɑːt] [ɒv; əv][bɪə(r)][ɪz]['ælkəhɒl] .

Only	about	one	twentieth	part	of	beer	is	alcohol	.
仅有的	关于	一	第二十	部分	的	啤酒	是	酒精	.

啤酒中只有大约二十分之一是酒精。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ə; eɪ] [spreɪ] [ɒv; əv] [hɒps] , [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] [tuː; tə]['fleɪvə(r)][bɪə(r)] .

37	—	Photograph	of	a	spray	of	hops	,	which	are	used	to	flavor	beer	.
-	—	照片	的	一个	喷	的	酒花	,	哪个	是	用过的	到	味道	啤酒	.

37 —啤酒花喷雾的照片，啤酒花用于给啤酒调味。

[ɪn] ['meɪkɪŋ] [bɪə(r)] , [ə; eɪ] [swiːt] ['wɔːtəri] ['mɪkstʃə(r)][ɪz] [fɜːst] [prɪ'peəd] [baɪ] ['mæʃɪŋ] ['spraʊtɪd] ['bɑːli]

In	making	beer	,	a	sweet	watery	mixture	is	first	prepared	by	mashing	sprouted	barley
在	制作	啤酒	,	一个	甜的	水状的	混合物	是	第一的	准备	经过	捣碎	发芽	大麦

[greɪnz] [ɪn]['wɔːtə(r)] .

grains	in	water	.
谷物	在	水	.

酿造啤酒时，首先要将发芽的大麦粒在水中捣碎，制成甜甜的水溶液。

['bɑːli] [ɔː(r)] ['eni] ['ʌðə(r)] [greɪn] [fɔːmz] ['ʃʊgə(r)][æz; əz] [suːn] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [grəʊ] .

Barley	or	any	other	grain	forms	sugar	as	soon	as	it	begins	to	grow	.
大麦	或者	任何	其他	粮食	表格	糖	作为	很快	作为	它	开始	到	生长	.

大麦或其他任何谷物一旦开始生长就会产生糖分。

[jiːst] [plɑːnts][ɑː(r); ə(r)] ['ædɪd] [tuː; tə][ðə; ði] [swiːt] ['mɪkstʃə(r)] .

Yeast	plants	are	added	to	the	sweet	mixture	.
酵母	植物	是	额外	到	这	甜的	混合物	.

将酵母菌种加入到甜混合物中。

[baɪ] ['grəʊɪŋ] [ðeɪ] [tʃeɪndʒ] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['ʃʊgə(r)]['ɪntuː]['ælkəhɒl] .

By	growing	they	change	some	of	the	sugar	into	alcohol	.
经过	生长	他们	改变	一些	的	这	糖	进入	酒精	.

植物在生长过程中会将部分糖分转化为酒精。

[hɒps] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ] [pʊt] [ɪn][tuː; tə] [gɪv] [ðə; ði][bɪə(r)][ə; eɪ] [faɪn] ['fleɪvə(r)] .

Hops	are	also	put	in	to	give	the	beer	a	fine	flavor	.
酒花	是	还	放	在	到	给	这	啤酒	一个	美好的	味道	.

酿造过程中还会加入啤酒花，以赋予啤酒优良的风味。

['ɑːftə(r)][ə; eɪ] [taɪm] [ðə; ði][klɪə(r)]['lɪkwɪd][ɪz] ['sepəreɪtɪd] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['bɑːli] [greɪnz] [ænd; ənd] [hɒps]

After	a	time	the	clear	liquid	is	separated	from	the	barley	grains	and	hops
后	一个	时间	这	清除	液体	是	分开	从	这	大麦	谷物	和	酒花

[ænd; ənd] [pʊt] ['ɪntuː] [taɪt] [kɑːsk] [ænd; ənd] ['bɔtlz] .

and	put	into	tight	casks	and	bottles	.
和	放	进入	紧的	酒桶	和	瓶子	.

一段时间后，将清澈的液体与大麦粒和啤酒花分离，然后装入密封的桶和瓶中。

[ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ɒv; əv] [waɪn] . — [waɪn] [kən'teɪnz] [frɒm; frəm]

The	Making	of	Wine	.	—	Wine	contains	from
这	制作	的	葡萄酒	.	—	葡萄酒	包含	从

葡萄酒的酿造——葡萄酒包含来自

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	71	]
[	页	-	]

[第71页]

[tuː] [tuː; tə][fɔː(r)] [taɪmz] [æz; əz] [mʌtʃ] ['ælkəhɒl][æz; əz][bɪə(r)] .

two	to	four	times	as	much	alcohol	as	beer	.
二	到	四	时代	作为	很多	酒精	作为	啤酒	.

酒精含量是啤酒的两到四倍。

[məʊst][ɒv; əv][ðə; ði] [waɪn] [ɪz] [meɪd] [ɪn] [ˌkælə'fɔːniə] , [frɑːns] ,

Most	of	the	wine	is	made	in	California	,	France	,
最多	的	这	葡萄酒	是	制成	在	加利福尼亚州	,	法国	,

大部分葡萄酒产自加利福尼亚州和法国。

[ænd; ənd] ['dʒɜːməni] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [greɪps] [grəʊ] ['betə(r)] [ɪn] [ðiːz] ['kʌntriz] [ðæn; ðən] [ˌels'weə(r)] .

and	Germany	because	grapes	grow	better	in	these	countries	than	elsewhere	.
和	德国	因为	葡萄	生长	更好的	在	这些	国家	比	别处	.

还有德国，因为葡萄在这些国家比在其他地方长得更好。

[waɪn] [meɪ] [biː; bi] [meɪd] [frɒm; frəm][ðə; ði][dʒuːs][ɒv; əv] ['eni] [fruːt] , [bʌt; bət][ðə; ði] [greɪp] [ɪz]['dʒen(ə)rəli]

Wine	may	be	made	from	the	juice	of	any	fruit	,	but	the	grape	is	generally
葡萄酒	可能	是	制成	从	这	汁	的	任何	水果	,	但	这	葡萄	是	一般来说

[juːst] .

used	.
用过的	.

葡萄酒可以用任何水果的汁液酿造，但通常使用葡萄。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['kwɒntəti] [ɒv; əv] [greɪps] [rɪ'kwaɪəd] [tuː; tə] [meɪk] [ðɪs] [glɑːs] [fʊl] [ɒv; əv] [waɪn] .

38	—	The	quantity	of	grapes	required	to	make	this	glass	full	of	wine	.
-	—	这	数量	的	葡萄	必需的	到	制作	这	玻璃	满的	的	葡萄酒	.

38——酿造这杯葡萄酒所需的葡萄数量。

[ðə; ði] [greɪps] ['ɑːftə(r)] ['biːɪŋ] [pɪkt] [ɑː(r); ə(r)] [θrəʊn] ['ɪntuː] [lɑːdʒ] [tʌb] [ænd; ənd] [krʌʃt] [səʊ] [ðæt]

The	grapes	after	being	picked	are	thrown	into	large	tubs	and	crushed	so	that
这	葡萄	后	存在	挑选	是	抛掷	进入	大的	浴缸	和	碎	所以	那

[ðə; ði][dʒuːs] [rʌnz] [aʊt] .

the	juice	runs	out	.
这	汁	跑步	出去	.

葡萄采摘后被扔进大桶里压碎，榨出汁液。

[ðə; ði][waɪld] [jiːst] ['ɔːlweɪz] ['prez(ə)nt][ɒn][ðə; ði] [greɪp] [skɪnz] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [grəʊ] [ɪn][ðə; ði][dʒuːs][ænd; ənd]

The	wild	yeast	always	present	on	the	grape	skins	begins	to	grow	in	the	juice	and
这	荒野	酵母	总是	展示	在	这	葡萄	皮肤	开始	到	生长	在	这	汁	和

[tʃeɪndʒ] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['ʃʊgə(r)]['ɪntuː]['ælkəhɒl] .

change	some	of	the	sugar	into	alcohol	.
改变	一些	的	这	糖	进入	酒精	.

葡萄皮上一直存在的野生酵母开始在葡萄汁中生长，并将部分糖分转化为酒精。

[ðɪs] [wɜːk] [ɒv; əv][ðə; ði] [jiːst] [lɑːsts] [frɒm; frəm][wʌn][tuː; tə] [eɪt] [wiːks] .

This	work	of	the	yeast	lasts	from	one	to	eight	weeks	.
这	工作	的	这	酵母	持续时间	从	一	到	八	周	.

酵母的这一作用可持续一至八周。

[æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv] [ðæt] [taɪm] , [ðə; ði] [greɪp] [dʒuːs][hæz; həz] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ][kaɪnd][ɒv; əv][pɔː(r); pʊə(r)]

At	the	end	of	that	time	,	the	grape	juice	has	become	a	kind	of	poor
在	这	结尾	的	那	时间	,	这	葡萄	汁	有	变得	一个	种类	的	贫穷的

[waɪn] ,

wine	,
葡萄酒	,

到那时，葡萄汁已经变成了一种劣质酒。

[kən'sɪstɪŋ] [ɒv; əv]['ælkəhɒl] , ['wɔːtə(r)] , [greɪp] ['fleɪvə(r)] , [ænd; ənd][sʌm; səm]['æsɪd] .

consisting	of	alcohol	,	water	,	grape	flavor	,	and	some	acid	.
由	的	酒精	,	水	,	葡萄	味道	,	和	一些	酸	.

由酒精、水、葡萄香精和少量酸组成。

[tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [waɪn] [gʊd] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [drɔːn] [ɒf] ['ɪntuː] [kɑːsk] ,

To	make	the	wine	good	it	must	be	drawn	off	into	casks	,
到	制作	这	葡萄酒	好的	它	必须	是	绘制	离开	进入	酒桶	,

为了酿造出优质葡萄酒，必须将其装入木桶中。

[weə(r)] [ðə; ði] [jiːst] ['kɔːzɪz] ['fɜːðə(r)] ['tʃeɪndʒɪz] ['djʊərɪŋ] ['sevrəl] [wiːks] .

where	the	yeast	causes	further	changes	during	several	weeks	.
在哪里	这	酵母	原因	更远	变化	期间	一些	周	.

酵母会在几周内引起进一步的变化。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðen] [pʊt]['ɪntuː] ['bɔtlz] ,

It	is	then	put	into	bottles	,
它	是	然后	放	进入	瓶子	,

然后将其装瓶。

[weə(r)] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] [rɪ'meɪn] [ə'baʊt] [faɪv] [j'iəz] [tuː; tə][get][ðə; ði] [raɪt] ['fleɪvə(r)] .

where	it	should	remain	about	five	years	to	get	the	right	flavor	.
在哪里	它	应该	保持	关于	五	年	到	得到	这	正确的	味道	.

它应该在那里放置大约五年才能达到最佳风味。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	72	]
[	页	-	]

['ʃeri] [ɪz][ə; eɪ] [strɒŋ] [waɪn] [juːst] [ɪn] ['fleɪvərɪŋ] [fuːd] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['pʊdɪŋz] [ænd; ənd] ['sɔːsɪz] .

Sherry	is	a	strong	wine	used	in	flavoring	food	,	such	as	puddings	and	sauces	.
雪利酒	是	一个	强的	葡萄酒	用过的	在	调味	食物	,	这样的	作为	布丁	和	酱汁	.

雪利酒是一种烈性葡萄酒，常用于给食物调味，例如布丁和酱汁。

[ə; eɪ] [fjuː] ['tiːspuːn,ful] [ɒv; əv] [ðɪs] [waɪn] [wɪl] [meɪk] [ə; eɪ] [tʃaɪld] [drʌŋk] .

A	few	teaspoonfuls	of	this	wine	will	make	a	child	drunk	.
一个	很少	茶匙	的	这	葡萄酒	将要	制作	一个	孩子	醉	.

几茶匙这种酒就能让孩子喝醉。

[ðə; ði] [waɪnz] [meɪd] [æt; ət] [həʊm] [frɒm; frəm] ['eldəberi] , ['blækbəriz] ,

The	wines	made	at	home	from	elderberries	,	blackberries	,
这	葡萄酒	制成	在	家	从	接骨木浆果	,	黑莓	,

用接骨木果、黑莓等自制的葡萄酒

[ænd; ənd] ['tʃeriz] [kən'teɪn] ['ælkəhɒl] [wɪtʃ] [wɪl] [duː; də][dʒʌst][æz; əz] [mʌtʃ] [hɑːm] [æz; əz] [ðæt] [ɪn][ðə; ði]

and	cherries	contain	alcohol	which	will	do	just	as	much	harm	as	that	in	the
和	樱桃	包含	酒精	哪个	将要	做	只是	作为	很多	伤害	作为	那	在	这

['pɜːrtʃəst] [waɪnz] .

purchased	wines	.
购买	葡萄酒	.

樱桃含有酒精，其危害与购买的葡萄酒中的酒精一样大。

[haʊ] ['brændi] [ɪz] [meɪd] . — ['brændi] [kən'teɪnz] [mɔː(r)] ['ælkəhɒl][ðæn; ðən] [waɪn] [ænd; ənd]['ɔːlməʊst][æz; əz]

How	Brandy	is	Made	.	—	Brandy	contains	more	alcohol	than	wine	and	almost	as
如何	白兰地	是	制成	.	—	白兰地	包含	更多的	酒精	比	葡萄酒	和	几乎	作为

[mʌtʃ] [æz; əz] ['wɪski] .

much	as	whisky	.
很多	作为	威士忌酒	.

白兰地是如何酿造的——白兰地的酒精含量比葡萄酒高，几乎与威士忌一样高。

[ɪn] [fækt] ['brændi] [ɪz] ['əʊnli] ['veri] [strɒŋ] [waɪn] .

In	fact	brandy	is	only	very	strong	wine	.
在	事实	白兰地	是	仅有的	非常	强的	葡萄酒	.

事实上，白兰地只是一种酒精度很高的葡萄酒。

['ɑːftə(r)][ðə; ði] [jiːst] [plɑːnts][hæv; həv] [fɔːmd] [æz; əz] [mʌtʃ] ['ælkəhɒl][æz; əz] [ðeɪ] [kæn; kən][ɪn] [greɪp]

After	the	yeast	plants	have	formed	as	much	alcohol	as	they	can	in	grape
后	这	酵母	植物	有	形成	作为	很多	酒精	作为	他们	能	在	葡萄

[dʒuːs][ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [səʊ] [strɒŋ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [kɪlz] [ðem; ðəm] .

juice	it	becomes	so	strong	that	it	kills	them	.
汁	它	变成	所以	强的	那	它	杀戮	他们	.

当酵母菌在葡萄汁中产生足够多的酒精后，酒精浓度会变得非常高，从而杀死酵母菌。

[ðɪs] [waɪn] [ɪz] [ðen] ['hiːtɪd] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [æz; əz][tuː; tə] ['seprət] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['wɔːtə(r)]

This	wine	is	then	heated	in	such	a	way	as	to	separate	some	of	the	water
这	葡萄酒	是	然后	加热	在	这样的	一个	方式	作为	到	分离	一些	的	这	水

[frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː] .

from	it	.
从	它	.

然后将这种葡萄酒加热，以分离出其中的一些水分。

[ðə; ði] ['teɪkɪŋ] [ə'weɪ] [ɒv; əv][ðə; ði]['wɔːtə(r)] [liːvz] [ðə; ði] [waɪn] [strɒŋgə(r)][ɪn]['ælkəhɒl][ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [ðen]

The	taking	away	of	the	water	leaves	the	wine	stronger	in	alcohol	and	it	then
这	采取	离开	的	这	水	树叶	这	葡萄酒	更强	在	酒精	和	它	然后

[fɔːmz] ['brændi] .

forms	brandy	.
表格	白兰地	.

去除水分后，葡萄酒的酒精含量会更高，然后就形成了白兰地。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] ['ʃeɪdɪd] [pɑːt] [æt; ət] [ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv] [iːtʃ] ['bɒt(ə)l] [ʃəʊz] [ðə; ði] [ə'maʊnt] [ɒv; əv]
39 — The shaded part at the bottom of each bottle shows the amount of
- — 这 阴影 部分 在 这 底部 的 每个 瓶子 演出 这 数量 的
['ælkəhɒl] [ɪn] [ðə; ði] [drɪŋk] .
alcohol in the drink .
酒精 在 这 喝 .

39 —每瓶底部的阴影部分表示饮料中的酒精含量。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ə; eɪ] [stɪl] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] ['wɪski] [ɔː(r)] ['brændi] .
40 — A still used in making whisky or brandy .
- — 一个 仍然 用过的 在 制作 威士忌酒 或者 白兰地 .

40 —用于酿造威士忌或白兰地的蒸馏器。

[ðə; ði] [hiːt] [meɪks] [ðə; ði] ['ælkəhɒl] [fjuːmz] [ɔː(r)] ['veɪpə(r)] [raɪz] [ænd; ənd] [pɑːs] ['əʊvə(r)] [θruː] [ðə; ði] [paɪp]
The heat makes the alcohol fumes or vapor rise and pass over through the pipe
这 热 制作 这 酒精 烟雾 或者 汽 上升 和 经过 超过 通过 这 管道
[kɔɪld] [ɪn] [ə; eɪ] ['ves(ə)l] [ɒv; əv] [kəʊld] ['wɔːtə(r)] .
coiled in a vessel of cold water .
卷曲 在 一个 血管 的 寒冷的 水 .

热量使酒精蒸汽上升，并通过盘绕在冷水容器中的管道流过。

[ðə; ði] [kəʊld] ['tʃeɪndʒɪz] [ðə; ði] ['veɪpə(r)] [tuː; tə] [ə; eɪ] ['lɪkwɪd] [wɪtʃ] [ɪz] ['wɪski] .
The cold changes the vapor to a liquid which is whisky .
这 寒冷的 变化 这 汽 到 一个 液体 哪个 是 威士忌酒 .

低温使蒸汽变成液体，这就是威士忌。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 73]
[页 -]

[第73页]

['wɪski] [ænd; ənd] [rʌm] . — [ðiːz] [tuː] [drɪŋks] [ɑː(r); ə(r)] [strɒŋ] [ɪn] ['ælkəhɒl] .
Whisky and Rum . — These two drinks are strong in alcohol .
威士忌酒 和 朗姆酒 . — 这些 二 饮料 是 强的 在 酒精 .

威士忌和朗姆酒——这两种酒的酒精度都很高。

['nɪəli] [wʌn] [hɑːf] [ɒv; əv] [iːtʃ] [ɪz] [pjʊə(r)] ['ælkəhɒl] .
Nearly one half of each is pure alcohol .
几乎 一 一半 的 每个 是 纯的 酒精 .

其中近一半是纯酒精。

['wɪski] [ɪz] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [meɪd] [frɒm; frəm] [raɪ] , [kɔːn] , [ɔː(r)] [wiːt] , [ɔː(r)] [ɔːl] [θriː] [tə'geðə(r)] .
Whisky is usually made from rye , corn , or wheat , or all three together .
威士忌酒 是 通常 制成 从 黑麦 , 玉米 , 或者 小麦 , 或者 全部 三 一起 .

威士忌通常由黑麦、玉米或小麦制成，或者三者混合制成。

[ðeɪ] ['fɜːnɪʃ] [ðə; ði] [fuːd] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [jiːst] [grəʊz] [ænd; ənd] [meɪks] ['ælkəhɒl] .
They furnish the food in which the yeast grows and makes alcohol .
他们 提供 这 食物 在 哪个 这 酵母 生长 和 制作 酒精 .

它们为酵母的生长和酒精的产生提供养分。

[ðɪs] ['wɔːtəri] ['mɪkstʃə(r)][ɒv; əv] [greɪn] [ænd; ənd]['ælkəhɒl][ɪz] [ðen] ['hiːtɪd] [ænd; ənd][ðə; ði]['veɪpə(r)][ɔː(r)]

This	watery	mixture	of	grain	and	alcohol	is	then	heated	and	the	vapor	or
这	水状的	混合物	的	粮食	和	酒精	是	然后	加热	和	这	汽	或者

[stiːm] [fɔːmz] ['wɪski] ['ɑːftə(r)][ˌaɪ 'tiː] [gəʊz] [ɒf] [θruː] [ə; eɪ] [paɪp] ['ɪntuː] [ə'nʌðə(r)] ['ves(ə)l] .

steam	forms	whisky	after	it	goes	off	through	a	pipe	into	another	vessel	.
蒸汽	表格	威士忌酒	后	它	去	离开	通过	一个	管道	进入	其他	血管	.

这种谷物和酒精的水溶液经过加热后，产生的蒸汽通过管道进入另一个容器，最终形成威士忌。

[ðɪs] [kaɪnd][ɒv; əv] ['hiːtɪŋ] [ɪz] [ˌdɪstɪ'leɪʃn] .

This	kind	of	heating	is	distillation	.
这	种类	的	加热	是	蒸馏	.

这种加热方式就是蒸馏。

[rʌm] [ɪz] [fɔːmd] [ɪn] ['sʌmwɒt] [ðə; ði] [seɪm] [weɪ] [frɒm; frəm] [mə'læsɪz] [ɔː(r)] [keɪn] [dʒuːs] .

Rum	is	formed	in	somewhat	the	same	way	from	molasses	or	cane	juice	.
朗姆酒	是	形成	在	有些	这	相同的	方式	从	糖蜜	或者	甘蔗	汁	.

朗姆酒的制作方法与此类似，都是用糖蜜或甘蔗汁酿造的。

['præktɪkl] ['kwestʃənz]

PRACTICAL	QUESTIONS
实际的	问题

实践问题

[wʌn] . [neɪm] [sʌm; səm][ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] . [ˌtuː'tuː] .

1	.	Name	some	alcoholic	drinks	.	2	.
1	.	姓名	一些	酗酒者	饮料	.	2	.

1. 请列举一些酒精饮料。2.

[wɒt] [ɪz][æn; ən] [ʌn'nætʃrəl] [θɜːst] ? [θriː] .

What	is	an	unnatural	thirst	?	3	.
什么	是	一个	不自然	口渴	?	3	.

什么是异常口渴？3.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [ðə; ði] [jiːst] [plɑːnt] [fɔːmz] ['ælkəhɒl] . [fɔːr] .

Explain	how	the	yeast	plant	forms	alcohol	.	4	.
解释	如何	这	酵母	植物	表格	酒精	.	4	.

解释酵母菌如何产生酒精。4.

[tel] [haʊ] [bɪə(r)][ɪz] [meɪd] . [faɪv] .

Tell	how	beer	is	made	.	5	.
告诉	如何	啤酒	是	制成	.	5	.

5. 说明啤酒的酿造过程。

[tel] [haʊ] [waɪn] [ɪz] [meɪd] . [sɪks] .

Tell	how	wine	is	made	.	6	.
告诉	如何	葡萄酒	是	制成	.	6	.

6. 说明葡萄酒的酿造过程。

[wɒt] [ɪz] ['brændi] ? ['sɛvən] .

What	is	brandy	?	7	.
什么	是	白兰地	?	7	.

什么是白兰地？7.

[wɪtʃ] [drɪŋks] [kən'teɪn] [məʊst]['ælkəhɒl] ?

Which	drinks	contain	most	alcohol	?
哪个	饮料	包含	最多	酒精	?

哪些饮品酒精含量最高?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	74	]
[	页	-	]

['tʃæptə(r)] [eks]
CHAPTER X
章 X

第十章

['ælkəhɒl] [ænd; ənd] [helθ]
ALCOHOL AND HEALTH
酒精 和 健康

酒精与健康

[ðə; ði] ['mʌni] [spent] [fɔ:(r); fə(r)] [ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] . — [ɪf] [ðə; ði] ['mʌni] [spent] [fɔ:(r); fə(r)] [ˌælkə'hɒlɪk]
The Money spent for Alcoholic Drinks . — If the money spent for alcoholic
这 钱 花费 为了 酗酒者 饮料 . — 如果 这 钱 花费 为了 酗酒者
[drɪŋks] [wɜ:(r); wə(r)] [ɔ:l] [kə'lektɪd] [tə'geðə(r)] [ɪn] ['sɪlvə(r)] [d'ɒləz] ,
drinks were all collected together in silver dollars ,
饮料 是 全部 集 一起 在 银 美元 ,

用于购买酒类饮品的钱——如果把所有用于购买酒类饮品的钱都收集起来，换算成银元，

[ˌaɪ 'ti:] [wʊd] [mɔ:(r)] [ðæn; ðən] [fɪl] [ten] ['sku:lru:m; 'sku:lrʊm] [ɒv; əv] ['ævərɪdʒ] [saɪz] .
it would more than fill ten schoolrooms of average size .
它 会 更多的 比 充满 十 教室 的 平均的 尺寸 .

它足以装满十间普通大小的教室。

[nɒt] ['əʊnli] [rɪtʃ] [men] [spend] [lɑ:dʒ] [sʌmz] ['jɪəli] [fɔ:(r); fə(r)] [faɪn] [waɪnz] [ænd; ənd] ['brændiz] ,
Not only rich men spend large sums yearly for fine wines and brandies ,
不是 仅有的 富有的 男人 花费 大的 总和 每年 为了 美好的 葡萄酒 和 白兰地 ,

并非只有富人才会每年花费巨资购买名酒和白兰地，

[bʌt; bət] ['ɔ:lsəʊ] [ðə; ði] [pɔ:(r); pʊə(r)] [gɪv] [ðeə(r)] ['mʌni] [fɔ:(r); fə(r)] [bɪə(r)] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [drɪŋks] [wɪtʃ]
but also the poor give their money for beer and other drinks which
但 还 这 贫穷的 给 他们的 钱 为了 啤酒 和 其他 饮料 哪个
[ðə; ði] ['bɒdi] [dʌz] [nɒt] [ni:d] .
the body does not need .
这 身体 做 不是 需要 .

但穷人也会把钱花在啤酒和其他身体并不需要的饮料上。

[wen] ['peərənts] [weɪst] [ðeə(r)] ['mʌni] [ɒn] [drɪŋk] ,
When parents waste their money on drink ,
什么时候 父母 浪费 他们的 钱 在 喝 ,

当父母把钱浪费在酒上时，

[ðeɪ] ['kænɒt] [baɪ] [ðə; ði] [fu:d] [ænd; ənd] [kləʊðz] ['ni:dɪd] [tu:; tə] [ki:p] [ðeə(r)] ['fæmɪlɪz] [strɒŋ] [ænd; ənd]
they cannot buy the food and clothes needed to keep their families strong and
他们 不能 买 这 食物 和 衣服 需要 到 保持 他们的 家庭 强的 和
[wel] .
well .
出色地 .

他们买不起维持家人健康所需的食物和衣物。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [strɒŋ] [drɪŋk] ['kɔ:zɪz] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [ænd; ənd] ['sʌfərɪŋ] [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] ['i:v(ə)n]
In this way strong drink causes much sickness and suffering and sometimes even
在 这 方式 强的 喝 原因 很多 疾病 和 痛苦 和 有时 甚至
[deθ] .
death .
死亡 .

这样一来，烈性酒会导致很多疾病和痛苦，有时甚至会导致死亡。

['ælkəhɒl] ['ɪndʒə] [ðə; ði] ['bɒdi] . — [sʌm; səm] [p'ɜ:sənz] [drɪŋk] ['veri] ['lɪt(ə)l] [bɪə(r)] [ɔ:(r)] [waɪn] ,
Alcohol injures the Body . — Some persons drink very little beer or wine ,
酒精 受伤 这 身体 . — 一些 人 喝 非常 小的 啤酒 或者 葡萄酒 ,

酒精有害健康。——有些人喝啤酒或葡萄酒的量很少，

[səʊ] [ðeɪ] [siːm] [tuː; tə][hæv; həv][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [ɪ'fekt] [ɒn][ðə; ði] [helθ] .

so	they	seem	to	have	but	little	effect	on	the	health	.
所以	他们	似乎	到	有	但	小的	影响	在	这	健康	.

所以它们似乎对健康影响甚微。

['ʌðə(r)z] [juːz] [strɒŋ] [drɪŋk] ['evri] [deɪ] [ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [fjuː] [j'iəz] [ðeɪ] [meɪ] [rɪ'meɪn] [kwaɪt]

Others	use	strong	drink	every	day	and	for	a	few	years	they	may	remain	quite
其他的	使用	强的	喝	每一个	天	和	为了	一个	很少	年	他们	可能	保持	相当

[wel] .

well	.
出色地	.

有些人每天都喝烈酒，几年内身体可能都很好。

['leɪtə(r)] [ɪl] [helθ] ['ɒf(ə)n] ['kɒmz] [ɒn] ,

Later	ill	health	often	comes	on	,
之后	患病的	健康	经常	来	在	,

之后往往会出现健康问题，

[ænd; ənd] [ðeɪ] [ðen] [faɪnd] [ðæt] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['ɔːrgənz][hæv; həv] [biːn] [səʊ] [mʌtʃ] [hɜːt] [ðæt]

and	they	then	find	that	some	of	the	organs	have	been	so	much	hurt	that
和	他们	然后	寻找	那	一些	的	这	器官	有	到过	所以	很多	伤害	那

[ðeɪ] [wɪl] ['nevə(r)][biː; bi] [kwaɪt] [wel] [ə'gen] .

they	will	never	be	quite	well	again	.
他们	将要	绝不	是	相当	出色地	再次	.

然后他们发现，有些器官受损严重，永远无法完全恢复。

[ə; eɪ] [fjuː] [j'iəz] [ə'gəʊ][ə; eɪ] [gruːp] [ɒv; əv] ['fɪfti] [wel] - [nəʊn] [men]

A	few	years	ago	a	group	of	fifty	well	-	known	men
一个	很少	年	前	一个	团体	的	五十	出色地	-	已知	男人

几年前，一群五十位知名人士

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	75	]
[	页	-	]

[第75页]

[ɪn][ðə; ði][juˈnaɪtɪd] [steɪts] [spent] [mʌtʃ] [taɪm] [ænd; ənd] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [d'ɒləz] [tuː; tə] [lɜːn] [haʊ]

in	the	United	States	spent	much	time	and	thousands	of	dollars	to	learn	how
在	这	团结的	各州	花费	很多	时间	和	数千	的	美元	到	学习	如何

[mʌtʃ] ['ælkəhɒl][wɒz; wəz] ['hɑːrmɪŋ] ['aʊə(r)] ['kʌntri] .

much	alcohol	was	harming	our	country	.
很多	酒精	曾是	伤害	我们的	国家	.

在美国，人们花费了大量时间和数千美元来了解酒精对我们国家造成的危害。

['ɑːftə(r)] [mʌtʃ] ['stʌdi] [ə'mʌŋ] ['meni] ['piːp(ə)l] [ðeɪ] [ə'naʊnst] [ðæt] [ðeə(r)] [wɜː(r); wə(r)] [ə'baʊt] [wʌn]

After	much	study	among	many	people	they	announced	that	there	were	about	one
后	很多	学习	之中	许多	人们	他们	宣布	那	那里	是	关于	一

['mɪljən] [men] [ænd; ənd] [bɔɪz] [huːz] [helθ] [hæd; həd] [biːn] ['ɪndʒəd] [baɪ] [strɒŋ] [drɪŋk] ,

million	men	and	boys	whose	health	had	been	injured	by	strong	drink	,
百万	男人	和	男孩们	谁	健康	有	到过	受伤	经过	强的	喝	,

经过对许多人的深入调查，他们宣布大约有100万男性和男孩的健康因酗酒而受到损害。

[sʌtʃ] [æz; əz][bɪə(r)] , [waɪn] , [ænd; ənd] ['wɪski] .

such	as	beer	,	wine	,	and	whisky	.
这样的	作为	啤酒	,	葡萄酒	,	和	威士忌酒	.

例如啤酒、葡萄酒和威士忌。

[bɪˈkəz; bɪˈkɒz] [strɒŋ] [drɪŋk] [ˈkɔːzɪz] [səʊ] [mʌtʃ] [ˈsɒrəʊ] [ænd; ənd] [ˈsɪknəs] [ˈsevrəl] [steɪts] [hæv; həv]

Because	**strong**	**drink**	**causes**	**so**	**much**	**sorrow**	**and**	**sickness**	**several**	**states**	**have**
因为	强的	喝	原因	所以	很多	悲哀	和	疾病	一些	各州	有

[pɑːst] [lɔːz] [fəˈbɪdɪŋ] [ɪts] [seɪl] ,

passed	**laws**	**forbidding**	**its**	**sale**	**,**
通过了	法律	禁止	它是	销售	,

由于烈酒会造成诸多悲伤和疾病，一些州已经通过法律禁止销售烈酒。

[ænd; ənd] [səˈluːn] [hæv; həv] [biːn] [kləʊzd] [baɪ] [lɔːz] [ɪn] [pɑːts] [ɒv; əv] [ˈmeni] [ˈʌðə(r)] [steɪts] .

and	**saloons**	**have**	**been**	**closed**	**by**	**laws**	**in**	**parts**	**of**	**many**	**other**	**states**	**.**
和	酒吧	有	到过	关闭	经过	法律	在	部分	的	许多	其他	各州	.

在其他许多州的某些地区，酒吧已被法律勒令关闭。

[haʊ] [ˈælkəhɒl] [əˈfekts] [ˈkɪtnz] . — [ðə; ðɪ] [ˈbɒdi] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [ˈkɪt(ə)n] [ɪz] [meɪd] [ˈveri] [mʌtʃ] [laɪk] [ðə; ðɪ]

How	**Alcohol**	**affects**	**Kittens**	**.**	**—**	**The**	**body**	**of**	**a**	**kitten**	**is**	**made**	**very**	**much**	**like**	**the**
如何	酒精	影响	小猫	.	—	这	身体	的	一个	小猫	是	制成	非常	很多	喜欢	这

[ˈbɒdi] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [tʃaɪld] .

body	**of**	**a**	**child**	**.**
身体	的	一个	孩子	.

酒精对小猫的影响——小猫的身体构造与婴儿的身体构造非常相似。

[ˌaɪ ˈtiː][hæz; həz][dʒʌst][ðə; ðɪ] [seɪm] [ˈɔːrgənz] [ðæt] [ə; eɪ] [tʃaɪld] [hæz; həz] ,

It	**has**	**just**	**the**	**same**	**organs**	**that**	**a**	**child**	**has**	**,**
它	有	只是	这	相同的	器官	那	一个	孩子	有	,

它拥有和儿童一样的器官。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [duː; də][ðə; ðɪ] [seɪm] [kaɪnd][ɒv; əv] [wɜːk] .

and	**they**	**do**	**the**	**same**	**kind**	**of**	**work**	**.**
和	他们	做	这	相同的	种类	的	工作	.

他们从事的是同一种工作。

[ˈdɒktə(r)] [hɒdʒ] , [ə; eɪ] [wel] - [nəʊn] [ˈsaɪəntɪst] [ɒv; əv] [ˌmæsəˈtʃuːsɪts] ,

Doctor	**Hodge**	**,**	**a**	**well**	**-**	**known**	**scientist**	**of**	**Massachusetts**	**,**
医生	霍奇	,	一个	出色地	-	已知	科学家	的	马萨诸塞州	,

霍奇博士，马萨诸塞州一位著名的科学家，

[ˈðeəfɔː(r)] [kənˈkluːdɪd] [ðæt] [ˈælkəhɒl] [wʊd] [ækt][ɒn] [ˈkɪtnz] [ɪn][ðə; ðɪ] [seɪm] [weɪ] [æz; əz][ˌaɪ ˈtiː] [wʊd]

therefore	**concluded**	**that**	**alcohol**	**would**	**act**	**on**	**kittens**	**in**	**the**	**same**	**way**	**as**	**it**	**would**
所以	结束	那	酒精	会	行为	在	小猫	在	这	相同的	方式	作为	它	会

[ɒn][ə; eɪ][mæn][ɔː(r)] [bɔɪ] .

on	**a**	**man**	**or**	**boy**	**.**
在	一个	男人	或者	男生	.

因此得出结论：酒精对小猫的作用与对男人或男孩的作用相同。

[ðə; ðɪ][ˈdɒktə(r)][gɒt] [tuː] [ˈhelθi] [ˈkɪtnz] [ænd; ənd] [fed] [ðem; ðəm][ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l][ˈælkəhɒl] [ˈevri] [deɪ]

The	**doctor**	**got**	**two**	**healthy**	**kittens**	**and**	**fed**	**them**	**a**	**little**	**alcohol**	**every**	**day**
这	医生	得到	二	健康	小猫	和	美联储	他们	一个	小的	酒精	每一个	天

[fɔː(r); fə(r)] [ˈnɪəli] [tuː] [wiːks] .

for	**nearly**	**two**	**weeks**	**.**
为了	几乎	二	周	.

医生弄来了两只健康的小猫，连续近两周每天都给它们喂一点酒精。

[ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [ðeɪ] [stɒpt] [ˈbiːɪŋ] [ˈpleɪf(ə)l] , [dɪd] [nɒt] [grəʊ] ,

In	**a**	**few**	**days**	**they**	**stopped**	**being**	**playful**	**,**	**did**	**not**	**grow**	**,**
在	一个	很少	天	他们	停止	存在	顽皮的	,	做过	不是	生长	,

几天后，它们不再玩耍，也没有再长大。

[ænd; ənd][dɪd] [nɒt] [kiːp] [ðeə(r)][fɜː(r)] [kliːn] [ænd; ənd] [smuːð] [æz; əz] [ˈhelθi] [ˈkɪtnz] [duː; də] .

and	**did**	**not**	**keep**	**their**	**fur**	**clean**	**and**	**smooth**	**as**	**healthy**	**kittens**	**do**	**.**
和	做过	不是	保持	他们的	毛皮	干净的	和	光滑的	作为	健康	小猫	做	.

它们的毛发不像健康的幼猫那样干净柔顺。

['ɑːftə(r)] ['juːzɪŋ] ['ælkəhɒl] ['sevrəl] [deɪz] [ðeɪ] [bɪ'keɪm] ['veri] [ɪl] .

After	using	alcohol	several	days	they	became	very	ill	.
后	使用	酒精	一些	天	他们	成为	非常	患病的	.

连续几天饮酒后，他们病得很重。

[ðɪs] [ɪk'sperɪmənt] [ʃəʊd] [ðæt] ['ælkəhɒl] [stɒps] ['kɪtnz] [frɒm; frəm] ['grəʊɪŋ] [ænd; ənd] [rɒbz] [ðem; ðəm]

This	experiment	showed	that	alcohol	stops	kittens	from	growing	and	robs	them
这	实验	显示	那	酒精	停止	小猫	从	生长	和	抢劫	他们

[ɒv; əv] [gʊd] [helθ] .

of	good	health	.
的	好的	健康	.

这项实验表明，酒精会阻止小猫生长，并损害它们的健康。

[haʊ] ['ælkəhɒl] [həːts] [dɒgz] . — ['dɒktə(r)] [hɒdʒ] [fed] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['ælkəhɒl] [tuː; tə] [tuː] [dɒgz] ['nɪəli]

How	Alcohol	hurts	Dogs	.	—	Doctor	Hodge	fed	a	little	alcohol	to	two	dogs	nearly
如何	酒精	疼痛	狗	.	—	医生	霍奇	美联储	一个	小的	酒精	到	二	狗	几乎

['evri] [deɪ] [fɔː(r); fə(r)] [θriː]

every	day	for	three
每一个	天	为了	三

酒精如何伤害狗——霍奇医生几乎每天都给两只狗喂少量酒精，持续了三天。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	76	]
[	页	-	]

[第76页]

[j'iəz] .

years	.
年	.

年。

[hiː; hi] ['ɔːlsəʊ] [kept] [ðə; ði] ['brʌðə(r)] [ænd; ənd] ['sɪstə(r)] [ɒv; əv] [ðiːz] [dɒgz] , [bʌt; bət] [geɪv] [ðem; ðəm] [nəʊ]

He	also	kept	the	brother	and	sister	of	these	dogs	,	but	gave	them	no
他	还	保留	这	兄弟	和	姐姐	的	这些	狗	,	但	给予	他们	不

['ælkəhɒl] .

alcohol	.
酒精	.

他还留下了这两只狗的兄弟姐妹，但没有给它们喂酒。

[ɔːl] [ðə; ði] [dɒgz] [hæd; həd] [ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd] [ɒv; əv] [fuːd] [ænd; ənd] [wɜː(r); wə(r)] ['triːtɪd] [ə'laɪk] [ɪk'sept]

All	the	dogs	had	the	same	kind	of	food	and	were	treated	alike	except
全部	这	狗	有	这	相同的	种类	的	食物	和	是	治疗	同样	除了

[ðæt] [wʌn] [peə(r)] [gɒt] ['ælkəhɒl] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [peə(r)] [dɪd] [nɒt] .

that	one	pair	got	alcohol	and	the	other	pair	did	not	.
那	一	一对	得到	酒精	和	这	其他	一对	做过	不是	.

所有的狗都吃同样的食物，受到同样的对待，唯一的区别是其中一对狗喝了酒，而另一对狗没有喝酒。

[ðə; ði] [tuː] ['drɪŋkɪŋ] [dɒgz] [gɒt] [sɪk] [mɔː(r)] ['iːzəli] [ænd; ənd] [steɪd] [sɪk] [mʌtʃ] [lɒŋgə(r)] [ðæn; ðən] [ðə; ði]

The	two	drinking	dogs	got	sick	more	easily	and	staid	sick	much	longer	than	the
这	二	喝	狗	得到	生病的	更多的	容易地	和	稳重	生病的	很多	更长	比	这

['tempərəns] [dɒgz] .

temperance	dogs	.
节制	狗	.

两只爱喝酒的狗比不喝酒的狗更容易生病，而且病得更久。

[ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] [dɒgz] [bɪ'keɪm] ['leɪzi] , [ænd; ənd] ['tɪmɪd] , [waɪl] [ðə; ði] ['ʌðə(r)z] [wɜː(r); wə(r)] [strɒŋ] , [fʊl]

The	drinking	dogs	became	lazy	,	and	timid	,	while	the	others	were	strong	,	full
这	喝	狗	成为	懒惰的	,	和	胆小	,	尽管	这	其他的	是	强的	,	满的

[ɒv; əv] [fʌn] , [ænd; ənd] [breɪv] .

of	fun	,	and	brave	.
的	乐趣	,	和	勇敢的	.

喝酒的狗变得懒惰、胆怯，而其他的狗则强壮、活泼、勇敢。

[wɪ'ðɪn] [fɔː(r)] [j'iəz] [ðə; ðɪ] ['drɪŋkɪŋ] [dɒgz] [hæd; həd] [bɔːn] [tuː; tə] [ðem; ðəm] ['twentɪ] - ['sev(ə)n] ['pʌpɪz] ,

Within	**four**	**years**	**the**	**drinking**	**dogs**	**had**	**born**	**to**	**them**	**twenty**	**-**	**seven**	**puppies**	**,**
之内	四	年	这	喝	狗	有	出生	到	他们	二十	-	七	小狗	,

四年内，这些爱喝酒的狗一共生了二十七只小狗。

[bʌt; bət]['əʊnlɪ][fɔː(r)][ɒv; əv][ðem; ðəm][lɪvd; 'laɪvd][tuː; tə] [grəʊ] [ʌp] .

but	**only**	**four**	**of**	**them**	**lived**	**to**	**grow**	**up**	**.**
但	仅有的	四	的	他们	居住地	到	生长	向上	.

但只有四个人活到了成年。

[ðə; ðɪ] ['ʌðə(r)z] [wɜː(r); wə(r)] [tuː] [wiːk] [ɔː(r)] ['sɪkli] [tuː; tə][lɪv; laɪv] .

The	**others**	**were**	**too**	**weak**	**or**	**sickly**	**to**	**live**	**.**
这	其他的	是	也	虚弱的	或者	病弱的	到	居住	.

其他人则因体弱多病而无法存活。

['djʊərɪŋ][ðə; ðɪ] [seɪm] [taɪm][ðə; ðɪ] ['tempərəns] [dɒgz][hæd; həd] ['fɔːtɪ] - [faɪv] ['pʌpɪz] [ænd; ənd] ['fɔːtɪ] -

During	**the**	**same**	**time**	**the**	**temperance**	**dogs**	**had**	**forty**	**-**	**five**	**puppies**	**and**	**forty**	**-**
期间	这	相同的	时间	这	节制	狗	有	四十	-	五	小狗	和	四十	-

[wʌn][ɒv; əv] [ðiːz] [lɪvd; 'laɪvd] .

one	**of**	**these**	**lived**	**.**
一	的	这些	居住地	.

与此同时，禁酒犬共生了 45 只幼犬，其中 41 只存活了下来。

[ðɪs] [ʃəʊz] [ðæt] [strɒŋ] [drɪŋk] [wɪl] [nɒt]['əʊnlɪ]['ɪndʒə(r)][ðə; ðɪ] ['bɒdɪz] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː] ,

This	**shows**	**that**	**strong**	**drink**	**will**	**not**	**only**	**injure**	**the**	**bodies**	**of**	**those**	**who**	**take**	**it**	**,**
这	演出	那	强的	喝	将要	不是	仅有的	损伤	这	身体	的	那些	WHO	拿	它	,

这表明，烈性酒不仅会损害饮用者的身体，

[bʌt; bət] [wɪl] [meɪk] [ðeə(r)] ['tʃɪldrən] [wiːk] [ænd; ənd] ['sɪkli] .

but	**will**	**make**	**their**	**children**	**weak**	**and**	**sickly**	**.**
但	将要	制作	他们的	孩子们	虚弱的	和	病弱的	.

但会使他们的孩子体弱多病。

[ðə; ðɪ][juːz][ɒv; əv] [strɒŋ] [drɪŋk] ['kɔːzɪz] [dɪ'ziːz] . — ['menɪ] [p'ɜːsənz] [huː] [teɪk] [bɪə(r)][ɔː(r)] [waɪn] ['evrɪ]

The	**Use**	**of**	**Strong**	**Drink**	**causes**	**Disease**	**.**	**—**	**Many**	**persons**	**who**	**take**	**beer**	**or**	**wine**	**every**
这	使用	的	强的	喝	原因	疾病	.	—	许多	人	WHO	拿	啤酒	或者	葡萄酒	每一个

[deɪ] [bɪ'kʌm] [fæt] .

day	**become**	**fat**	**.**
天	变得	胖的	.

饮用烈性酒会导致疾病。——许多每天喝啤酒或葡萄酒的人都会变得肥胖。

[ðeɪ] [θɪŋk] [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ][saɪn][ɒv; əv] [helθ] .

They	**think**	**this**	**is**	**a**	**sign**	**of**	**health**	**.**
他们	思考	这	是	一个	符号	的	健康	.

他们认为这是健康的标志。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['riːəli] [ə; eɪ][saɪn][ɒv; əv] [dɪ'ziːz] .

It	**is**	**really**	**a**	**sign**	**of**	**disease**	**.**
它	是	真的	一个	符号	的	疾病	.

这其实是疾病的征兆。

[ðeɪ] [bɪ'kʌm] [ʃɔːt] [ɒv; əv] [breθ] .

They	**become**	**short**	**of**	**breath**	**.**
他们	变得	短的	的	气息	.

他们开始呼吸困难。

[ðeɪ] [kæn; kən][nəʊ][lɒŋgə(r)] [rʌn] [səʊ][fɑːst][ɔː(r)][duː; də][səʊ] [mʌtʃ] [wɜːk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ðɪ] [hɑːt] [ɪz]

They	**can**	**no**	**longer**	**run**	**so**	**fast**	**or**	**do**	**so**	**much**	**work**	**because**	**the**	**heart**	**is**
他们	能	不	更长	跑步	所以	快速地	或者	做	所以	很多	工作	因为	这	心	是

['kʌvəd] [wɪð] [fæt][ænd; ənd]['iːv(ə)n][sʌm; səm][ɒv; əv][ɪts] [wɔːl] [ɪz] [tʃeɪndʒd] [tuː; tə][fæt] .

covered	**with**	**fat**	**and**	**even**	**some**	**of**	**its**	**wall**	**is**	**changed**	**to**	**fat**	**.**
涵盖	和	胖的	和	甚至	一些	的	它是	墙	是	已更改	到	胖的	.

由于心脏被脂肪覆盖，甚至心脏壁的一部分也变成了脂肪，所以它们不能再跑得那么快或做那么多工作了。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðə; ði] [hɑːt] ['kænɒt] [duː; də] [ɪts] [wɜːk] ['iːzəli] [ɔː(r)] [wel] .

For	this	reason	the	heart	cannot	do	its	work	easily	or	well	.
为了	这	原因	这	心	不能	做	它是	工作	容易地	或者	出色地	.

正因如此，心脏无法轻松或良好地工作。

[ðə; ði] ['kɪdniz] [wɪtʃ] [teɪk] [ðə; ði] [weɪst] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [blʌd] ['ɒf(ə)n] [bɪ'kʌm] ['ɪndʒəd] [baɪ] ['ælkəhɒl]

The	kidneys	which	take	the	waste	out	of	the	blood	often	become	injured	by	alcohol
这	肾脏	哪个	拿	这	浪费	出去	的	这	血	经常	变得	受伤	经过	酒精

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [dɪ'ziːz] ['kɔːzɪŋ] [deθ] [f'ɒləʊz] .

and	a	disease	causing	death	follows	.
和	一个	疾病	导致	死亡	跟随	.

酒精会损害肾脏，导致血液中的废物排出，进而引发致命疾病。

['sʌmtaɪmz] [ðə; ði] ['stʌmək] [bɪ'kʌmz]

Sometimes	the	stomach	becomes
有时	这	胃	变成

有时胃会变得

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	77	]
[	页	-	]

[第77页]

[dɪ'ziːzd] [səʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] ['kænɒt] [duː; də] [ɪts] [wɜːk] .

diseased	so	that	it	cannot	do	its	work	.
患病的	所以	那	它	不能	做	它是	工作	.

患病以致无法工作。

[ðɪs] [meɪks] [ðə; ði] [həʊl] ['bɒdi] [sɪk] .

This	makes	the	whole	body	sick	.
这	制作	这	所有的	身体	生病的	.

这会使全身不适。

[ðə; ði] ['hɑːdnɪŋ] [ɒv; əv] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['lɪvə(r)] [ɪz] ['nɪəli] ['ɔːlweɪz] [kɔːzd] [baɪ] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [bɪə(r)] .

The	hardening	of	parts	of	the	liver	is	nearly	always	caused	by	the	use	of	beer	.
这	硬化	的	部分	的	这	肝	是	几乎	总是	导致	经过	这	使用	的	啤酒	.

肝脏部分硬化几乎总是由饮用啤酒引起的。

[ðə; ði] ['lɪvə(r)] [ɪz] [ʃʊə(r)] [tuː; tə] ['sʌfə(r)] [ɪf] [wʌn] ['juːzɪz; 'juːsɪz] [mʌtʃ] [ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði]

The	liver	is	sure	to	suffer	if	one	uses	much	alcoholic	drink	because	the
这	肝	是	当然	到	遭受	如果	一	用途	很多	酗酒者	喝	因为	这

['ælkəhɒl] [gəʊz] [də'rekt] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [fuːd] [tjuːb] [tuː; tə] [ðə; ði] ['lɪvə(r)] .

alcohol	goes	direct	from	the	food	tube	to	the	liver	.
酒精	去	直接的	从	这	食物	管子	到	这	肝	.

如果大量饮酒，肝脏肯定会受到损害，因为酒精会直接从食道进入肝脏。

[lɒŋ] [juːz] [ɒv; əv] [strɒŋ] [drɪŋk] [meɪ] [brɪŋ] [ɒn] [dɪ'ziːz] [ɪn] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [nɜːvz] .

Long	use	of	strong	drink	may	bring	on	disease	in	the	brain	and	nerves	.
长的	使用	的	强的	喝	可能	带来	在	疾病	在	这	脑	和	神经	.

长期饮用烈性酒可能会引发大脑和神经疾病。

[ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] [meɪ] [kɔːz] [deθ] . — ['evri] [ten] [j'iəz] [ðə; ði] ['gʌvənmənt] [ə'pɔint] [p'ɜːsənz]

Alcoholic	Drinks	may	cause	Death	.	—	Every	ten	years	the	government	appoints	persons
酗酒者	饮料	可能	原因	死亡	.	—	每一个	十	年	这	政府	任命	人

[tuː; tə] ['vɪzɪt] [iːtʃ] [həʊm] [ɪn] ['aʊə(r)] [lænd] [tuː; tə] [teɪk] [ðə; ði] ['sensəs] .

to	visit	each	home	in	our	land	to	take	the	census	.
到	访问	每个	家	在	我们的	土地	到	拿	这	人口普查	.

饮酒可能导致死亡。——政府每十年任命人员到我国每户人家进行人口普查。

[ə; eɪ] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðɪs] ['sensəs] [rɪ'pɔːt] [kən'sɪsts] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['teɪb(ə)l] ['ʃəʊɪŋ] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɒv; əv] [wɪtʃ]

A	part	of	this	census	report	consists	of	a	table	showing	the	disease	of	which
一个	部分	的	这	人口普查	报告	由	的	一个	桌子	显示	这	疾病	的	哪个

['piːp(ə)l] [daɪd] .

people	died	.
人们	死亡	.

这份人口普查报告的一部分包含一个表格，列出了人们死于的疾病。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['sensəs] [rɪ'pɔːt] [ðæt] [wiː; wi] [nəʊ] [ðæt] ['hʌndrədz] [ɒv; əv] ['piːp(ə)l] [daɪ] ['evri]

It	is	from	the	census	report	that	we	know	that	hundreds	of	people	die	every
它	是	从	这	人口普查	报告	那	我们	知道	那	数百	的	人们	死	每一个

[jɪə(r)] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] ['ælkəhɒl] .

year	from	the	use	of	alcohol	.
年	从	这	使用	的	酒精	.

根据人口普查报告，我们得知每年有数百人死于饮酒。

['deɪndʒə(r)] [tuː; tə] [helθ] [ɪn] [bɪ'gɪnɪŋ] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [strɒŋ] [drɪŋk] . — [ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['nʌmbə(r)] [ɒv; əv]

Danger	to	Health	in	beginning	the	Use	of	Strong	Drink	.	—	A	large	number	of
危险	到	健康	在	开始	这	使用	的	强的	喝	.	—	一个	大的	数字	的

['piːp(ə)l] [teɪk] [ə; eɪ] [drɪŋk] [ɒv; əv] [bɪə(r)] [ɔː(r)] [waɪn] [ə'keɪʒnəli] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [siː] [ðæt]

people	take	a	drink	of	beer	or	wine	occasionally	because	they	do	not	see	that
人们	拿	一个	喝	的	啤酒	或者	葡萄酒	偶尔	因为	他们	做	不是	看	那

[ˌaɪ 'tiː] [həːts] [ðə; ði] ['bɒdi] .

it	hurts	the	body	.
它	疼痛	这	身体	.

开始饮用烈性酒对健康的危害——很多人偶尔喝啤酒或葡萄酒，因为他们没有意识到这会对身体造成伤害。

[nəʊ] [wʌn] [ik'spekt] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ] ['stedi] ['drɪŋkə(r)] [ɔː(r)] [ə; eɪ] ['drʌŋkəd] [wen] [hiː; hi] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə]

No	one	expects	to	become	a	steady	drinker	or	a	drunkard	when	he	begins	to
不	一	预期	到	变得	一个	稳定的	饮酒者	或者	一个	酒鬼	什么时候	他	开始	到

[drɪŋk] .

drink	.
喝	.

没有人会在开始喝酒的时候就预料到自己会变成一个酗酒者或酒鬼。

[rɪ'pɔːts] [ʃəʊ] [ðæt] ['evri] ['drʌŋkəd] [bɪ'gɪnz] [hɪz; ɪz] ['daʊnwəd] [kɔːs] [baɪ] ['teɪkɪŋ] [ə; eɪ] [fjuː] [drɪŋks]

Reports	show	that	every	drunkard	begins	his	downward	course	by	taking	a	few	drinks
报告	展示	那	每一个	酒鬼	开始	他的	向下	课程	经过	采取	一个	很少	饮料

[ə'keɪʒnəli] .

occasionally	.
偶尔	.

报告显示，每个酗酒者都是从偶尔小酌几杯开始走上歧途的。

[θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [p'ɜːsənz] [bɪ'gɪn] [ə; eɪ] ['drʌŋkərdz] [laɪf] ['evri] [jɪə(r)] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði] ['æpɪtaɪt] [liːdz]

Thousands	of	persons	begin	a	drunkard's	life	every	year	because	the	appetite	leads
数千	的	人	开始	一个	醉汉的	生活	每一个	年	因为	这	食欲	线索

[ðem; ðəm] [ɒn] ['dʒentli] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [sleɪvz] [ænd; ənd] ['kænɒt] [let] [drɪŋk] [ə'ləʊn] .

them	on	gently	until	they	become	slaves	and	cannot	let	drink	alone	.
他们	在	轻轻地	直到	他们	变得	奴隶	和	不能	让	喝	独自的	.

每年有成千上万的人开始酗酒，因为酒瘾慢慢地引诱他们，直到他们成为酒的奴隶，无法摆脱酒精。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	78	]
[	页	-	]

[第78页]

['tʃæptə(r)] [saɪ; zaɪ; ksaɪ; gzaɪ]

CHAPTER	XI
章	十一

第十一章

[tə'bækəʊ] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [drʌgz] [wɪtʃ] ['ɪndʒə(r)][ðə; ði]

TOBACCO	AND	OTHER	DRUGS	WHICH	INJURE	THE
烟草	和	其他	药物	哪个	损伤	这

烟草和其他有害药物

[helθ]

HEALTH
健康

健康

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði][tə'bækəʊ][plɑːnt] .

41	—	The	tobacco	plant	.
-	—	这	烟草	植物	.

41 —烟草植物。

[haʊ] [tə'bækəʊ][ɪz] [meɪd] . — [tə'bækəʊ][ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [liːvz] [ɒv; əv][ðə; ði][tə'bækəʊ][plɑːnt] .

How	Tobacco	is	Made	.	—	Tobacco	is	made	from	the	leaves	of	the	tobacco	plant	.
如何	烟草	是	制成	.	—	烟草	是	制成	从	这	树叶	的	这	烟草	植物	.

烟草的制作方法——烟草是由烟草植物的叶子制成的。

[ðə; ði][plɑːnt] [meɪ] [grəʊ] [æz; əz] [tɔːl] [æz; əz][ə; eɪ][mæn][ænd; ənd][beə(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ]['dʌz(ə)n]

The	plant	may	grow	as	tall	as	a	man	and	bear	more	than	a	dozen
这	植物	可能	生长	作为	高的	作为	一个	男人	和	熊	更多的	比	一个	打

[liːvz] .

leaves	.
树叶	.

这种植物可以长到和人一样高，并长出十几片叶子。

[iːtʃ] [liːf] [ɪz] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [taɪmz] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][jɔː(r); jə(r)][hænd] .

Each	leaf	is	two	or	three	times	as	large	as	your	hand	.
每个	叶子	是	二	或者	三	时代	作为	大的	作为	你的	手	.

每片叶子的大小都是你手掌的两到三倍。

[ðə; ði] [siːdz] [ɑː(r); ə(r)] ['plɑːntɪd] [ɪn][ðə; ði] ['sprɪŋtaɪm] ,

The	seeds	are	planted	in	the	springtime	,
这	种子	是	已种植	在	这	春天	,

种子在春天播种。

[ænd; ənd][ðə; ði][plɑːnts][ɑː(r); ə(r)] ['redi] [tuː; tə][biː; bi] [kʌt] [ɪn][ðə; ði] ['ɔːtəm] .

and	the	plants	are	ready	to	be	cut	in	the	autumn	.
和	这	植物	是	准备好	到	是	切	在	这	秋天	.

到了秋天，这些植物就可以收割了。

[məʊst][ɒv; əv]['aʊə(r)][tə'bækəʊ][ɪz] [reɪzd] [ɪn][ðə; ði] ['sʌðən] [steɪts] [ænd; ənd]['kjuːbə] .

Most	of	our	tobacco	is	raised	in	the	Southern	states	and	Cuba	.
最多	的	我们的	烟草	是	提高	在	这	南方	各州	和	古巴	.

我们的烟草大部分产自美国南部各州和古巴。

['ɑːftə(r)] ['kʌtɪŋ] ,

After	cutting	,
后	切割	,

切开后，

[ðə; ði][təˈbækəʊ][mʌst; məst][biː; bi][draɪd][ænd; ənd] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)][ɪn][ə; eɪ]['speʃ(ə)l] [weɪ] [tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː]

the	tobacco	must	be	dried	and	cared	for	in	a	special	way	to	give	it
这	烟草	必须	是	干燥	和	关心	为了	在	一个	特别的	方式	到	给	它

[ðə; ði] [raɪt] ['fleɪvə(r)] .

the	right	flavor	.
这	正确的	味道	.

烟草必须经过特殊干燥和处理，才能获得合适的风味。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðen] [sent] [tuː; tə] ['fæktriz] [ænd; ənd] [meɪd] ['ɪntuː] [sɪg'ɑːz] , ['sməʊkɪŋ] [təˈbækəʊ] , [ɔː(r)] ['tʃuːɪŋ] [təˈbækəʊ] .

It	is	then	sent	to	factories	and	made	into	cigars	,	smoking	tobacco	,	or	chewing	tobacco	.
它	是	然后	发送	到	工厂	和	制成	进入	雪茄	,	吸烟	烟草	,	或者	咀嚼	烟草	.

然后将其送往工厂，制成雪茄、烟丝或嚼烟。

[haʊ] [təˈbækəʊ][ɪz] [juːst] . — ['meni] ['mɪljən] [dˈɒləz] [ɑː(r); ə(r)] [spent] ['evri] [jɪə(r)][baɪ][ðə; ði]['piːp(ə)l] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['kʌntri] [fɔː(r); fə(r)][təˈbækəʊ] .

How	Tobacco	is	Used	.	—	Many	million	dollars	are	spent	every	year	by	the	people	of	our	country	for	tobacco	.
如何	烟草	是	用过的	.	—	许多	百万	美元	是	花费	每一个	年	经过	这	人们	的	我们的	国家	为了	烟草	.

烟草的使用方式——我国人民每年在烟草上花费数百万美元。

[məʊst][ɒv; əv][ðə; ði][təˈbækəʊ][ɪz] [juːst] [ɪn] ['sməʊkɪŋ] .

Most	of	the	tobacco	is	used	in	smoking	.
最多	的	这	烟草	是	用过的	在	吸烟	.

大部分烟草用于吸烟。

[sʌm; səm][men] [sməʊk] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][paɪps] , [waɪl] ['ʌðə(r)z] [sməʊk] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv][sɪg'ɑːz][ɔː(r)] ['sɪgəret] .

Some	men	smoke	it	in	pipes	,	while	others	smoke	it	in	the	form	of	cigars	or	cigarettes	.
一些	男人	抽烟	它	在	管道	,	尽管	其他的	抽烟	它	在	这	形式	的	雪茄	或者	香烟	.

有些男人用烟斗吸食，而另一些男人则以雪茄或香烟的形式吸食。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	79	]
[	页	-	]

[第79页]

['meni] [men] [tʃuː] [təˈbækəʊ] .

Many	men	chew	tobacco	.
许多	男人	嚼	烟草	.

很多男人都嚼烟草。

[wen] [juːst] [ɪn] [ðɪs] [weɪ] ,

When	used	in	this	way	,
什么时候	用过的	在	这	方式	,

这样使用时，

['sʌmθɪŋ] [laɪk]['lɪkərɪʃ; 'lɪkərɪs][ɪz]['dʒen(ə)rəli] [mɪkst] [wɪð] [ðə; ði][təˈbækəʊ][tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː][ə; eɪ][mɔː(r)] ['plez(ə)nt] [teɪst] .

something	like	licorice	is	generally	mixed	with	the	tobacco	to	give	it	a	more	pleasant	taste	.
某物	喜欢	甘草	是	一般来说	混合	和	这	烟草	到	给	它	一个	更多的	令人愉快的	品尝	.

通常会在烟草中加入甘草之类的物质，以使其味道更宜人。

['sʌmtaɪmz] [ðə; ðɪ][draɪ][tə'bækəʊ][ɪz] [graʊnd] ['ɪntu:][ə; eɪ] [faɪn] ['paʊdə(r)] [kɔ:ld] [snʌf] .

Sometimes	**the**	**dry**	**tobacco**	**is**	**ground**	**into**	**a**	**fine**	**powder**	**called**	**snuff**	**.**
有时	这	干燥	烟草	是	地面	进入	一个	美好的	粉末	称为	鼻烟	.

有时，干燥的烟草会被磨成细粉，称为鼻烟。

[ðɪs] [ɪz] [ju:st] [baɪ][bəuθ] [men] [ænd; ənd] ['wɪmɪn] .

This	**is**	**used**	**by**	**both**	**men**	**and**	**women**	**.**
这	是	用过的	经过	两个都	男人	和	女性	.

男女均可使用。

[tə'bækəʊ] [kən'teɪnz] [ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n] . — [wen] [bɔɪz] [tʃu:] [ɔ:(r)] [sməʊk] [tə'bækəʊ][fɔ:(r); fə(r)][ðə; ðɪ] [fɜ:st] [taɪm] ,

Tobacco	**contains**	**a**	**Poison**	**.**	**—**	**When**	**boys**	**chew**	**or**	**smoke**	**tobacco**	**for**	**the**	**first**	**time**	**,**
烟草	包含	一个	毒	.	—	什么时候	男孩们	嚼	或者	抽烟	烟草	为了	这	第一的	时间	,

烟草含有毒素。——男孩第一次嚼烟或吸烟时，

[ˌaɪ 'ti:] ['ɔ:lweɪz] [meɪks] [ðem; ðəm] [sɪk] .

it	**always**	**makes**	**them**	**sick**	**.**
它	总是	制作	他们	生病的	.

它总是让他们感到不舒服。

['tʃu:ɪŋ] [ɔ:(r)] ['sməʊkɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)] [ˌfɪf'ti:n] ['mɪnɪts] [wɪl] [meɪk] [ðem; ðəm] [grəʊ] ['dɪzi] [ænd; ənd] [wi:k] [ænd; ənd] [fi:l] [səʊ] [sɪk] [ðæt] [ðeɪ] [mʌst; məst][laɪ] [daʊn] [fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ] [lɒŋ] [taɪm] .

Chewing	**or**	**smoking**	**for**	**fifteen**	**minutes**	**will**	**make**	**them**	**grow**	**dizzy**	**and**	**weak**	**and**	**feel**	**so**	**sick**	**that**	**they**	**must**	**lie**	**down**	**for**	**a**	**long**	**time**	**.**
咀嚼	或者	吸烟	为了	十五	分钟	将要	制作	他们	生长	晕眩的	和	虚弱的	和	感觉	所以	生病的	那	他们	必须	说谎	向下	为了	一个	长的	时间	.

咀嚼或吸烟十五分钟后，他们会感到头晕、虚弱，并且非常难受，不得不长时间躺下。

[ðə; ðɪ] ['sɪknəs] [ɪz] [kɔ:zd] [baɪ][ə; eɪ]['pɔɪz(ə)n] [kɔ:ld] ['nɪkəti:n] [wɪtʃ] [ɪz]['prez(ə)nt][ɪn][ɔ:l][tə'bækəʊ] .

The	**sickness**	**is**	**caused**	**by**	**a**	**poison**	**called**	**nicotine**	**which**	**is**	**present**	**in**	**all**	**tobacco**	**.**
这	疾病	是	导致	经过	一个	毒	称为	尼古丁	哪个	是	展示	在	全部	烟草	.

这种疾病是由一种叫做尼古丁的毒素引起的，尼古丁存在于所有烟草中。

[mʌtʃ] [ɒv; əv] [ðɪs] ['pɔɪz(ə)n] [meɪ] [bi:; bi] [səʊkt] [aʊt] [baɪ] ['bɔɪlɪŋ] [ðə; ðɪ][tə'bækəʊ][ɪn]['wɔ:tə(r)] .

Much	**of**	**this**	**poison**	**may**	**be**	**soaked**	**out**	**by**	**boiling**	**the**	**tobacco**	**in**	**water**	**.**
很多	的	这	毒	可能	是	浸泡过	出去	经过	沸腾	这	烟草	在	水	.

将烟草放入水中煮沸，可以去除大部分毒素。

[ə; eɪ] [kʌp] [ɒv; əv]['wɔ:tə(r)][ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ] ['paɪpfʊl] [ɒv; əv][tə'bækəʊ][hæz; həz] [bi:n] [bɔɪld] [wɪl] [kɪl] ['gəʊldfɪʃ] [ɪn][æn; ən]['aʊə(r)] [wen] [pɔ:] ['ɪntu:][ə; eɪ]['gælən] [dʒɑ:(r)][ɒv; əv]['wɔ:tə(r)] [wɪð] [ðə; ðɪ] [fɪʃ] .

A	**cup**	**of**	**water**	**in**	**which**	**a**	**pipeful**	**of**	**tobacco**	**has**	**been**	**boiled**	**will**	**kill**	**goldfish**	**in**	**an**	**hour**	**when**	**poured**	**into**	**a**	**gallon**	**jar**	**of**	**water**	**with**	**the**	**fish**	**.**
一个	杯子	的	水	在	哪个	一个	满管	的	烟草	有	到过	煮沸	将要	杀	金鱼	在	一个	小时	什么时候	倾倒	进入	一个	加仑	罐	的	水	和	这	鱼	.

将一杯煮沸过一斗烟草的水倒入装有金鱼的一加仑水中，一小时内即可杀死金鱼。

[ðeə(r)] [ɪz] [ɪ'nʌf] ['pɔɪz(ə)n][ɪn][ə; eɪ]['hændfʊl][ɒv; əv][tə'bækəʊ][tu:; tə] [kɪl] [ə; eɪ] [bɔɪ] [hu:] [ɪz] [nɒt][ɪn][ðə; ðɪ] ['hæbɪt][ɒv; əv]['ju:zɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] .

There	**is**	**enough**	**poison**	**in**	**a**	**handful**	**of**	**tobacco**	**to**	**kill**	**a**	**boy**	**who**	**is**	**not**	**in**	**the**	**habit**	**of**	**using**	**it**	**.**
那里	是	足够的	毒	在	一个	少数	的	烟草	到	杀	一个	男生	WHO	是	不是	在	这	习惯	的	使用	它	.

一把烟草中所含的毒素足以杀死一个没有吸烟习惯的男孩。

[waɪ] [men] [kæn; kən] [juːz] [tə'bækəʊ] [wɪ'ðaʊt] [bɪ'kʌmɪŋ] [sɪk] . — [ɪk'sperɪm(ə)nts] [ə'pɒn] ['ænɪmlz] [hæv; həv]

Why	Men	can	use	Tobacco	without	becoming	Sick	.	—	Experiments	upon	animals	have
为什么	男人	能	使用	烟草	没有	成为	生病的	.	—	实验	之上	动物	有

[ʃəʊn] [ðæt] [ðə; ðɪ] ['bɒdi] [kæn; kən] [lɜːn] [tuː; tə] [juːz] [ə; eɪ] ['pɔɪz(ə)n] [ænd; ənd] [nɒt] [bɪ'kʌm] [sɪk]

shown	that	the	body	can	learn	to	use	a	poison	and	not	become	sick
所示	那	这	身体	能	学习	到	使用	一个	毒	和	不是	变得	生病的

[frɒm; frəm] [ˌaɪ 'tiː] .

from	it	.
从	它	.

为什么男人使用烟草不会生病？——动物实验表明，人体可以学会利用毒物而不生病。

[ðə; ðɪ] ['pɔɪz(ə)n] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['rætlsneɪk] [ɪz] ['dedli] [tuː; tə] [məʊst] ['ænɪmlz] ;

The	poison	of	a	rattlesnake	is	deadly	to	most	animals	;
这	毒	的	一个	响尾蛇	是	致命	到	最多	动物	;

响尾蛇的毒液对大多数动物都是致命的；

[bʌt; bət] [ɪf] [ə; eɪ] ['taɪni] [bɪt] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] ['pɔɪz(ə)n] [ɪz] [pʊt] ['ʌndə(r)] [ðə; ðɪ] [skɪn] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] ['ræbɪt] [wʌn] [deɪ]

but	if	a	tiny	bit	of	the	poison	is	put	under	the	skin	of	the	rabbit	one	day
但	如果	一个	微小的	少量	的	这	毒	是	放	在下面	这	皮肤	的	这	兔子	一	天

[ænd; ənd] [ðen] [ɒn] [iːtʃ] [sək'siːdɪŋ] [deɪ] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['lɑːdʒə(r)] [dəʊs] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] ['pɔɪz(ə)n] [ɪz] ['gɪv(ə)n]

and	then	on	each	succeeding	day	a	little	larger	dose	of	the	poison	is	given
和	然后	在	每个	成功	天	一个	小的	更大的	剂量	的	这	毒	是	给定

[ðə; ðɪ] ['ræbɪt] [fɔː(r); fə(r)] [ə; eɪ] [lɒŋ] [taɪm] ,

the	rabbit	for	a	long	time	,
这	兔子	为了	一个	长的	时间	,

但是，如果有一天在兔子皮下放入少量毒药，然后在接下来的每一天都逐渐增加毒药的剂量，持续很长时间，

[ðə; ðɪ] ['ænɪm(ə)l] [wɪl] [bɪ'kʌm] [səʊ] [ə'kʌstəmd] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] ['pɔɪz(ə)n] [ðæt] [ðə; ðɪ] [baɪt] [ɒv; əv]

the	animal	will	become	so	accustomed	to	the	poison	that	the	bite	of
这	动物	将要	变得	所以	习惯	到	这	毒	那	这	咬	的

这种动物会对毒药产生耐受性，以至于再咬一口也无济于事。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	80	]
[	页	-	]

[第 80 页]

[ə; eɪ] ['rætlsneɪk] [wɪl] [nɒt] [hɑːm] [ˌaɪ 'tiː] .

a	rattlesnake	will	not	harm	it	.
一个	响尾蛇	将要	不是	伤害	它	.

响尾蛇不会伤害它。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ðɪ] [seɪm] [weɪ] [wɪð] [tə'bækəʊ] .

It	is	the	same	way	with	tobacco	.
它	是	这	相同的	方式	和	烟草	.

烟草也是如此。

['lɪt(ə)l] [baɪ] ['lɪt(ə)l] [ðə; ðɪ] ['bɒdi] [lɜːrnz] [tuː; tə] [ˌəʊvə'kʌm] [ðə; ðɪ] [ɪ'fekts] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] ['pɔɪz(ə)n] ,

Little	by	little	the	body	learns	to	overcome	the	effects	of	the	poison	,
小的	经过	小的	这	身体	学习	到	克服	这	效果	的	这	毒	,

身体逐渐学会克服毒素的影响。

[bʌt; bət] [mʌtʃ] [juːz] [ɒv; əv] [tə'bækəʊ] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [hɜːt] ['sɜːt(ə)n] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] ['bɒdi] .

but	much	use	of	tobacco	is	likely	to	hurt	certain	parts	of	the	body	.
但	很多	使用	的	烟草	是	可能	到	伤害	肯定	部分	的	这	身体	.

但长期大量使用烟草可能会损害身体的某些部位。

[tə'bækəʊ] [ɪz] ['hɑ:mf(ə)l] [tu:; tə] [ðə; ði] [jʌŋ] . — [ə; eɪ] [dəʊs] [ɒv; əv] ['pɔɪz(ə)n] [wɪtʃ] [wɪl] [kɪl] [ə; eɪ] [tʃaɪld]

Tobacco	is	Harmful	to	the	Young	.	—	A	dose	of	poison	which	will	kill	a	child
烟草	是	有害	到	这	年轻的	.	—	一个	剂量	的	毒	哪个	将要	杀	一个	孩子

[meɪ] [du:; də] [bʌt; bət] ['lɪt(ə)l] [hɑ:m] [tu:; tə] [ə; eɪ] [mæn] .

may	do	but	little	harm	to	a	man	.
可能	做	但	小的	伤害	到	一个	男人	.

烟草对青少年有害。——足以杀死儿童的毒药剂量，对成年人可能几乎没有伤害。

[tə'bækəʊ] [ɪz] ['sɜ:t(ə)n] [tu:; tə] [hɜ:t] [bɔɪz] [mɔ:(r)] [ðæn; ðən] [ˌaɪ 'ti:] [dʌz] [men] .

Tobacco	is	certain	to	hurt	boys	more	than	it	does	men	.
烟草	是	肯定	到	伤害	男孩们	更多的	比	它	做	男人	.

烟草对男孩的危害肯定比对成年人的危害更大。

[ðə; ði] ['pɔɪz(ə)n] [meɪks] [ðə; ði] ['bɒdi] [grəʊ] ['sləʊə] .

The	poison	makes	the	body	grow	slower	.
这	毒	制作	这	身体	生长	慢点	.

这种毒素会减缓身体的生长速度。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðeə(r)] [ɪz] [mɔ:(r)] ['pɔɪz(ə)n] [ɪn] [ðə; ði] [wʌn] [ɒn] [ðə; ði] [raɪt] [ðæn; ðən] [ɪn] [ðə; ði] [wʌn] [ɒn] [ðə; ði] [left] .

42	—	There	is	more	poison	in	the	one	on	the	right	than	in	the	one	on	the	left	.
-	—	那里	是	更多的	毒	在	这	一	在	这	正确的	比	在	这	一	在	这	左边	.

42 —右边的那个比左边的那个毒性更大。

[ə; eɪ] [lɑ:dʒ] ['nʌmbə(r)] [ɒv; əv] ['meʒəm(ə)nts] [meɪd] [baɪ] ['dɒktə(r)] ['si:vər] [ʃəʊd] [ðæt] [ðə; ði] [bɔɪz] [hu:]

A	large	number	of	measurements	made	by	Doctor	Seaver	showed	that	the	boys	who
一个	大的	数字	的	测量	制成	经过	医生	西弗	显示	那	这	男孩们	WHO

[dɪd] [nɒt] [ju:z] [tə'bækəʊ] [geɪnd] [ɪn] [fɔ:(r)] [j'iəz] [wʌn] ['twentiəθ] [mɔ:(r)] [ɪn] [weɪt] [ænd; ənd] [wʌn] [fɔ:θ]

did	not	use	tobacco	gained	in	four	years	one	twentieth	more	in	weight	and	one	fourth
做过	不是	使用	烟草	获得	在	四	年	一	第二十	更多的	在	重量	和	一	第四

[mɔ:(r)] [ɪn] [gɜ:θ] [ænd; ənd] [haɪt] [ðæn; ðən] [ðə; ði] ['ju:zəz] [ɒv; əv] [tə'bækəʊ] .

more	in	girth	and	height	than	the	users	of	tobacco	.
更多的	在	周长	和	高度	比	这	用户	的	烟草	.

西弗医生进行的大量测量表明，四年后，不吸烟的男孩体重比吸烟的男孩重20%，腰围和身高比吸烟的男孩多1/20%。

[ði:z] [bɔɪz] [wɜ:(r); wə(r)] [bɪ'twi:n] [ˌsɪks'ti:n] [ænd; ənd] ['twenti] - [tu:] [j'iəz] [ɒv; əv] [eɪdʒ] .

These	boys	were	between	sixteen	and	twenty	-	two	years	of	age	.
这些	男孩们	是	之间	十六	和	二十	-	二	年	的	年龄	.

这些男孩的年龄在十六岁到二十二岁之间。

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] ['laɪkli] [ðæt] [tə'bækəʊ] [wɪl] [hæv; həv] [ə; eɪ] [mɔ:(r)] ['hɑ:mf(ə)l] [ɪ'fekt] [ɒn] ['jʌŋgə] [bɔɪz] .

It	is	likely	that	tobacco	will	have	a	more	harmful	effect	on	younger	boys	.
它	是	可能	那	烟草	将要	有	一个	更多的	有害	影响	在	年轻	男孩们	.

烟草对年龄较小的男孩可能造成更大的危害。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	81	]
[	页	-	]

[第 81 页]

[lɔ:z] [tu:; tə] [ki:p] [ðə; ði] [jʌŋ] ['helθi] . — [bɔɪz] [ɔ:t] [tu:; tə] [bi:; bi] [waɪz] [ænd; ənd] [breɪv] [ɪ'nʌf]

Laws	to	keep	the	Young	Healthy	.	—	Boys	ought	to	be	wise	and	brave	enough
法律	到	保持	这	年轻的	健康	.	—	男孩们	应该	到	是	明智的	和	勇敢的	足够的

[tu:; tə] [let] [ə'ləʊn] [wɒt] [ki:ps] [ðeə(r)] ['bɒdɪz] [frɒm; frəm] ['grəʊɪŋ] [ænd; ənd] [hə:ts] [ðeə(r)] [helθ] ,

to	let	alone	what	keeps	their	bodies	from	growing	and	hurts	their	health	,
到	让	独自的	什么	保持	他们的	身体	从	生长	和	疼痛	他们的	健康	,

保障青少年健康的法律——男孩应该足够明智和勇敢，远离那些阻碍身体发育和损害健康的事情。

[bʌt; bət][sʌm; səm] [wɪl] [nɒt][duː; də][ˌaɪ ˈtiː] .

but	some	will	not	do	it	.
但	一些	将要	不是	做	它	.

但有些人不会这么做。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [sʌm; səm] ['kʌntriz] [ɑː(r); ə(r)] ['traɪɪŋ] [tuː; tə] [seɪv] [ðə; ði] [helθ] [ɒv; əv][ðeə(r)] [bɔɪz]

For	this	reason	some	countries	are	trying	to	save	the	health	of	their	boys
为了	这	原因	一些	国家	是	尝试	到	节省	这	健康	的	他们的	男孩们

[baɪ] ['meɪkɪŋ] [lɔːz] [ə'genst] [ðə; ði][juːz][ɒv; əv][tə'bækəʊ] .

by	making	laws	against	the	use	of	tobacco	.
经过	制作	法律	反对	这	使用	的	烟草	.

因此，一些国家正在通过立法禁止使用烟草来保护男孩的健康。

[ðə; ði] ['dʒɜːmənz] [ə; eɪ] [fjuː] [j'iəz] [ə'gəʊ] [pɑːst] [ə; eɪ] [lɔː] [ɪn][ðeə(r)][lænd] [fə'bɪdɪŋ] [ɔːl] [bɔɪz] [ænd; ənd]

The	Germans	a	few	years	ago	passed	a	law	in	their	land	forbidding	all	boys	and
这	德国人	一个	很少	年	前	通过了	一个	法律	在	他们的	土地	禁止	全部	男孩们	和

[g'ɜːlz]['ʌndə(r)] [ˌsɪks'tiːn] [j'iəz] [ɒv; əv][eɪdʒ][tuː; tə][juːz][tə'bækəʊ][ɪn] ['eni] [fɔːm] .

girls	under	sixteen	years	of	age	to	use	tobacco	in	any	form	.
女孩们	在下面	十六	年	的	年龄	到	使用	烟草	在	任何	形式	.

几年前，德国通过了一项法律，禁止所有 16 岁以下的男孩和女孩以任何形式使用烟草。

['siːɪŋ] [ðə; ði] [gʊd] [rɪ'zʌlts] [ɒv; əv] [ðɪs] [lɔː] [ɪn] ['dʒɜːməni] [ænd; ənd][ðə; ði] [hɑːm] [ðæt] [tə'bækəʊ][wɒz; wəz]

Seeing	the	good	results	of	this	law	in	Germany	and	the	harm	that	tobacco	was
看到	这	好的	结果	的	这	法律	在	德国	和	这	伤害	那	烟草	曾是

['duːɪŋ] [ðə; ði] [bɔɪz] [ɪn][ðə; ði][ju'naɪtɪd] [steɪts] ,

doing	the	boys	in	the	United	States	,
正在做	这	男孩们	在	这	团结的	各州	,

看到这项法律在德国取得的良好效果，以及烟草对美国男孩造成的危害，

[ðə; ði]['empərə(r)][ɒv; əv][dʒə'pæn][ɒn][ðə; ði] 6th [ɒv; əv] [mɑːtʃ] , - , [prə'kleɪmd] [ðɪs] [lɔː] :

the	Emperor	of	Japan	on	the	6th	of	March	,	1900	,	proclaimed	this	law	:
这	皇帝	的	日本	在	这	6th	的	行进	,	-	,	宣布	这	法律	:

1900年3月6日，日本天皇颁布了这项法律：

" [ðə; ði] ['smәʊkɪŋ] [ɒv; əv][tə'bækəʊ][baɪ]['maɪnər]['ʌndə(r)][ðə; ði][eɪdʒ][ɒv; əv] ['twenti] [ɪz] [prə'hɪbɪtɪd] .

"	The	smoking	of	tobacco	by	minors	under	the	age	of	twenty	is	prohibited	.
"	这	吸烟	的	烟草	经过	未成年人	在下面	这	年龄	的	二十	是	禁止	.

“禁止20岁以下未成年人吸烟。”

" [ɪn]['aʊə(r)] [әʊn] ['kʌntri] ['sevrəl] [steɪts] [hæv; həv] [pɑːst] [lɔːz] [ə'genst] [ðə; ði][juːz][ɒv; əv] ['sɪgəret]

"	In	our	own	country	several	states	have	passed	laws	against	the	use	of	cigarettes
"	在	我们的	自己的	国家	一些	各州	有	通过了	法律	反对	这	使用	的	香烟

[baɪ] [bɔɪz] .

by	boys	.
经过	男孩们	.

“在我们国家，一些州已经通过法律禁止男孩吸烟。”

[wʌn] ['kʌntri] ['ɑːftə(r)] [ə'nʌðə(r)] [ɪz] ['lɜːnɪŋ] [ðæt] [ɪf] [ðeɪ] [wɒnt] [strɒŋ] [men] , [tuː; tə] [faɪt] , [tuː; tə]

One	country	after	another	is	learning	that	if	they	want	strong	men	,	to	fight	,	to
一	国家	后	其他	是	学习	那	如果	他们	想	强的	男人	,	到	斗争	,	到

[wɜːk] ,

work	,
工作	,

一个又一个国家正在认识到，如果他们想要强壮的男人去战斗、去工作，

[ænd; ənd][tuː; tə][wɪn] , [tə'bækəʊ][mʌst; məst][nɒt][biː; bi] [ə'lәʊd] [tuː; tə] ['wiːkən] [ðə; ði] ['bɒdɪz] [ɒv; əv][ðə; ði]

and	to	win	,	tobacco	must	not	be	allowed	to	weaken	the	bodies	of	the
和	到	赢	,	烟草	必须	不是	是	允许	到	削弱	这	身体	的	这

[jʌŋ] .

young	.
年轻的	.

要想取得胜利，就绝不能允许烟草削弱年轻人的身体。

[haʊ] [ðə; ði] [waɪt] [mæn] [bɪ'kʌmz] [ə; eɪ] [sleɪv] . — [bɪ'fɔː(r)] [ðə; ði]['sɪv(ə)l][wɔː(r)][ðə; ði] [blæk] [men] [ɒv; əv]

How	the	White	Man	becomes	a	Slave	.	—	Before	the	Civil	War	the	black	men	of
如何	这	白色的	男人	变成	一个	奴隶	.	—	前	这	民用	战争	这	黑色的	男人	的

[ðə; ði] [saʊθ] [wɜː(r); wə(r)] [sleɪvz] .

the	South	were	slaves	.
这	南	是	奴隶	.

白人如何沦为奴隶——内战前，南方黑人都是奴隶。

[ðeɪ] [kʊd; kəd] [nɒt] [duː; də] [æz; əz] [ðeɪ] [pliːzd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [bɪ'lɒŋd] [tuː; tə] [ðeə(r)] ['mɑːstəz]

They	could	not	do	as	they	pleased	because	they	belonged	to	their	masters
他们	可以	不是	做	作为	他们	高兴	因为	他们	属于	到	他们的	大师

[huːm] [ðeɪ] [mʌst; məst] [ə'beɪ] [ɔː(r)] [els] [ðeɪ] [wʊd] ['sʌfə(r)] ['pʌnɪʃmənt] .

whom	they	must	obey	or	else	they	would	suffer	punishment	.
谁	他们	必须	服从	或者	别的	他们	会	遭受	惩罚	.

他们不能随心所欲，因为他们属于自己的主人，必须服从主人，否则就会受到惩罚。

[nəʊ] [bɔɪ] [kæn; kən] [bɪ'gɪn] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [tə'bækəʊ] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði] ['deɪndʒə(r)] [ɒv; əv] [bɪ'kʌmɪŋ] [ə; eɪ]

No	boy	can	begin	the	use	of	tobacco	without	the	danger	of	becoming	a
不	男生	能	开始	这	使用	的	烟草	没有	这	危险	的	成为	一个

[sleɪv] [tuː; tə] [ˌaɪ 'tiː] .

slave	to	it	.
奴隶	到	它	.

任何男孩一旦开始吸烟，都有可能成为烟草的奴隶。

[ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [tə'bækəʊ] ['aɪðə(r)] [baɪ] ['tʃuːɪŋ] [ɔː(r)] ['sməʊkɪŋ]

The	use	of	tobacco	either	by	chewing	or	smoking
这	使用	的	烟草	任何一个	经过	咀嚼	或者	吸烟

无论是咀嚼还是吸烟，使用烟草都属于吸食烟草的行为。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	82	]
[	页	-	]

[第 82 页]

['grædʒuəli] ['kɔːzɪz] [ɪn] ['eni] [wʌn] [ðə; ði] [grəʊθ] [ɒv; əv] [æn; ən] ['æpɪtaɪt] [wɪtʃ] [meɪks] [hɪm] [fiːl]

gradually	causes	in	any	one	the	growth	of	an	appetite	which	makes	him	feel
逐步地	原因	在	任何	一	这	生长	的	一个	食欲	哪个	制作	他	感觉

['mɪzrəbl] [ænd; ənd] [ʌn'hæpi] [ən'les] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [kept] ['sætɪsfaɪd] .

miserable	and	unhappy	unless	it	is	kept	satisfied	.
悲惨的	和	不开心	除非	它	是	保留	使满意	.

逐渐地，会使任何人产生一种食欲，这种食欲若得不到满足，就会使人感到痛苦和不快乐。

[ˌaɪ 'tiː] [kæn; kən] [biː; bi] ['sætɪsfaɪd] ['əʊnli] [baɪ] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [mɔː(r)] [ænd; ənd] [mɔː(r)] [tə'bækəʊ] .

It	can	be	satisfied	only	by	the	use	of	more	and	more	tobacco	.
它	能	是	使满意	仅有的	经过	这	使用	的	更多的	和	更多的	烟草	.

只有通过使用越来越多的烟草才能满足这种需求。

['meni] [men] [wʊd] [laɪk] [tuː; tə] [kwɪt] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [tə'bækəʊ] [ɪf] [ðeɪ] [kʊd; kəd] [duː; də] [səʊ] [wɪ'ðaʊt]

Many	men	would	like	to	quit	the	use	of	tobacco	if	they	could	do	so	without
许多	男人	会	喜欢	到	辞职	这	使用	的	烟草	如果	他们	可以	做	所以	没有

['sʌfərɪŋ] .

suffering	.
痛苦	.

许多男性如果能够不遭受痛苦地戒烟，都愿意这样做。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [sleɪvz] , [ænd; ənd] [tə'bækəʊ] [ɪz] [ðeə(r)] ['mɑːstə(r)] .

They	are	slaves	,	and	tobacco	is	their	master	.
他们	是	奴隶	,	和	烟草	是	他们的	掌握	.

它们是奴隶，烟草是它们的主人。

['sɪgəret] [ænd; ənd] [helθ] . — [ə; eɪ] [ˌsɪgə'ret] [ɪz][ə; eɪ][tjuːb][ɒv; əv]['peɪpə(r)] [fɪld] [wɪð] [tə'bækəʊ] .

Cigarettes	and	Health	.	—	A	cigarette	is	a	tube	of	paper	filled	with	tobacco	.
香烟	和	健康	.	—	一个	卷烟	是	一个	管子	的	纸	已填	和	烟草	.

香烟与健康——香烟是一根装满烟草的纸管。

[ðə; ðɪ][tə'bækəʊ][ɪz]['juːʒuəli; 'juːʒəli][nɒt][səʊ] [strɒŋ] [æz; əz] [ðæt] [juːst] [ɪn] [sɪg'ɑːz] [ænd; ənd] [paɪps] .

The	tobacco	is	usually	not	so	strong	as	that	used	in	cigars	and	pipes	.
这	烟草	是	通常	不是	所以	强的	作为	那	用过的	在	雪茄	和	管道	.

这种烟草通常不如雪茄和烟斗里用的烟草那么浓烈。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] , [bɔɪz] [laɪk] [ˌaɪ 'tiː]['betə(r)] ,

For	this	reason	,	boys	like	it	better	,
为了	这	原因	,	男孩们	喜欢	它	更好的	,

因此，男生更喜欢它。

[ænd; ənd][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː][ɪz][səʊ][maɪld] [ðeɪ] [drɔː] [ðə; ðɪ] [sməʊk] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ðɪ] [lʌŋz] .

and	because	it	is	so	mild	they	draw	the	smoke	down	into	the	lungs	.
和	因为	它	是	所以	温和的	他们	画	这	抽烟	向下	进入	这	肺	.

因为烟雾很淡，所以他们会把烟雾吸入肺部。

[ðɪs] [gɪvz] [ðə; ðɪ]['pɔɪz(ə)n][ə; eɪ]['betə(r)] [tʃɑːns] [tuː; tə][biː; bi]['teɪkən] [ʌp][baɪ][ðə; ðɪ] [blʌd] .

This	gives	the	poison	a	better	chance	to	be	taken	up	by	the	blood	.
这	给予	这	毒	一个	更好的	机会	到	是	已采取	向上	经过	这	血	.

这样一来，毒素更容易被血液吸收。

[ɒn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] ,

On	this	account	,
在	这	帐户	,

基于此，

[ænd; ənd][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wʌn][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [sməʊk] ['ɒf(tə)n] [wen] [hiː; hi] [sməʊks] [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs]

and	because	one	is	likely	to	smoke	oftener	when	he	smokes	a	small	piece
和	因为	一	是	可能	到	抽烟	更频繁	什么时候	他	烟雾	一个	小的	片

[ɒv; əv][tə'bækəʊ] ,

of	tobacco	,
的	烟草	,

而且，因为一个人如果只抽一小块烟草，就更有可能更频繁地抽烟。

['sɪgəret] [ɑː(r); ə(r)] [θɔːt] [baɪ][sʌm; səm][tuː; tə][biː; bi][mɔː(r)]['hɑːmf(ə)l][ðæn; ðən][ðə; ðɪ][juːz][ɒv; əv]

cigarettes	are	thought	by	some	to	be	more	harmful	than	the	use	of
香烟	是	想法	经过	一些	到	是	更多的	有害	比	这	使用	的

[tə'bækəʊ][ɪn] [paɪps] [ænd; ənd] [sɪg'ɑːz] .

tobacco	in	pipes	and	cigars	.
烟草	在	管道	和	雪茄	.

有些人认为，吸烟比使用烟斗和雪茄中的烟草危害更大。

[tiː] [ænd; ənd] ['kɒfi] . — [tiː] [ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm][ðə; ðɪ] [draɪd] [liːvz] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [tiː] [plɑːnt] .

Tea	and	Coffee	.	—	Tea	is	made	from	the	dried	leaves	of	the	tea	plant	.
茶	和	咖啡	.	—	茶	是	制成	从	这	干燥	树叶	的	这	茶	植物	.

茶和咖啡——茶是由茶树的干燥叶子制成的。

[tiː] [plɑːnts][ɑː(r); ə(r)] [reɪzd] [ɪn] [nɔːθ] [ˌkærə'laɪnə] , ['tʃaɪnə] , [ænd; ənd][dʒə'pæn] .

Tea	plants	are	raised	in	North	Carolina	,	China	,	and	Japan	.
茶	植物	是	提高	在	北	卡罗莱纳	,	中国	,	和	日本	.

茶树产于北卡罗来纳州、中国和日本。

[ðə; ðɪ] [drɪŋk] [kɔːld] [tiː] [juːst] [æt; ət][ðə; ðɪ]['teɪb(ə)l][ɪz] [meɪd] [baɪ] ['pɔːrɪŋ] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtə(r)][ɒn][ðə; ðɪ] [tiː]

The	drink	called	tea	used	at	the	table	is	made	by	pouring	boiling	water	on	the	tea
这	喝	称为	茶	用过的	在	这	桌子	是	制成	经过	浇注	沸腾	水	在	这	茶

[liːvz] .

leaves	.
树叶	.

餐桌上喝的茶，是用沸水冲泡茶叶制成的。

[ðə; ði] [liːvz] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [bɔɪld] [æz; əz] [ðɪs] [drɔːz] [aʊt] [ə; eɪ] ['sʌbstəns] [wɪtʃ] [kiːps] [ðə; ði]

The	leaves	should	not	be	boiled	as	this	draws	out	a	substance	which	keeps	the
这	树叶	应该	不是	是	煮沸	作为	这	平局	出去	一个	物质	哪个	保持	这

['stʌmək] [frɒm; frəm] ['duːɪŋ] [ɪts] [wɜːk] [ɪn] [ðə; ði] [raɪt] [weɪ] .

stomach	from	doing	its	work	in	the	right	way	.
胃	从	正在做	它是	工作	在	这	正确的	方式	.

叶子不宜煮沸，因为煮沸会析出一种物质，妨碍胃正常运作。

['kɒfi] [ɪz] [ðə; ði] [siːd] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [plɑːnt] ['grəʊɪŋ] [ɪn] [saʊθ] [ə'merɪkə] [ænd; ənd] ['eɪʒə; 'eɪʃə] .

Coffee	is	the	seed	of	a	plant	growing	in	South	America	and	Asia	.
咖啡	是	这	种子	的	一个	植物	生长	在	南	美国	和	亚洲	.

咖啡是生长在南美洲和亚洲的一种植物的种子。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['rəʊstɪd] , [ðen] [graʊnd] , [ænd; ənd] [bɔɪld] [ɪn] ['wɔːtə(r)] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [drɪŋk] [kɔːld] ['kɒfi]

It	is	roasted	,	then	ground	,	and	boiled	in	water	to	make	the	drink	called	coffee
它	是	烤	,	然后	地面	,	和	煮沸	在	水	到	制作	这	喝	称为	咖啡

.

:
.

咖啡豆经过烘焙、研磨，再用水煮沸，就成了我们今天所说的咖啡。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- / - — [brɑːntʃ] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [tiː] [plɑːnt] . — [brɑːntʃ] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['kɒfi] [plɑːnt] [wɪð] ['bʌntʃɪz] [ɒv; əv]

43	/	44	—	Branch	of	a	tea	plant	.	—	Branch	of	a	coffee	plant	with	bunches	of
-	/	-	—	分支	的	一个	茶	植物	.	—	分支	的	一个	咖啡	植物	和	成捆	的

['kɒfi] ['beriz] [nɪə(r)] [ðə; ði] ['bɒtəm] .

coffee	berries	near	the	bottom	.
咖啡	浆果	靠近	这	底部	.

43/44 —茶树的枝条。—咖啡树的枝条，底部附近有成串的咖啡浆果。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	83	]
[	页	-	]

[第 83 页]

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [juːz] ['aɪðə(r)] [tiː] [ɔː(r)] ['kɒfi] [æz; əz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['laɪkli] [tuː; tə] [hɜːt] [ðə; ði]

Children	should	not	use	either	tea	or	coffee	as	they	are	likely	to	hurt	the
孩子们	应该	不是	使用	任何一个	茶	或者	咖啡	作为	他们	是	可能	到	伤害	这

['stʌmək] [ænd; ənd] [meɪ] ['ɪndʒə(r)] [ðə; ði] [hɑːt] .

stomach	and	may	injure	the	heart	.
胃	和	可能	损伤	这	心	.

儿童不应饮用茶或咖啡，因为它们可能会伤胃，并可能损害心脏。

[wʌn] [ɔː(r)] [tuː] [kʌps] [ɒv; əv] [tiː] [ɔː(r)] ['kɒfi] ['deɪli] [siːm] [tuː; tə] [hæv; həv] ['lɪt(ə)l] [ɔː(r)] [nəʊ] [bæd] [ɪ'fekt] [ɒn]

One	or	two	cups	of	tea	or	coffee	daily	seem	to	have	little	or	no	bad	effect	on
一	或者	二	杯子	的	茶	或者	咖啡	日常的	似乎	到	有	小的	或者	不	坏的	影响	在

[ðə; ði] [helθ] [ɒv; əv] [məʊst] [grəʊn] [p'ɜːsənz] .

the	health	of	most	grown	persons	.
这	健康	的	最多	生长	人	.

每天喝一两杯茶或咖啡似乎对大多数成年人的健康几乎没有不良影响。

['kɒfi] ['teɪkən] [æt; ət] ['sʌpə(r)] [meɪ] [kiːp] [wʌn] [ə'weɪk] [baɪ] ['sendɪŋ] [tuː] [mʌtʃ] [blʌd] [tuː; tə] [ðə; ði] [breɪn]

Coffee	taken	at	supper	may	keep	one	awake	by	sending	too	much	blood	to	the	brain
咖啡	已采取	在	晚餐	可能	保持	一	醒	经过	发送	也	很多	血	到	这	脑

.

:
.

晚餐时喝咖啡可能会使人保持清醒，因为咖啡会使大脑供血过多。

['əʊpiəm][ænd; ənd] ['mɔːfiːn] . — ['əʊpiəm][ɪz][ə; eɪ]['deɪndʒərəs] [drʌg] [wɪtʃ] [ɪz][gɒt][frɒm; frəm][ðə; ði]

Opium	**and**	**Morphine**	**.**	**—**	**Opium**	**is**	**a**	**dangerous**	**drug**	**which**	**is**	**got**	**from**	**the**
鸦片	和	吗啡	.	—	鸦片	是	一个	危险的	药品	哪个	是	得到	从	这

[hedz] [ɒv; əv][ðə; ði] [waɪt] ['pɒpi] [plɑːnt] [grəʊn] ['məʊstli][ɪn][ðə; ði][fɑː(r)] [iːst] .

heads	**of**	**the**	**white**	**poppy**	**plant**	**grown**	**mostly**	**in**	**the**	**far**	**East**	**.**
头部	的	这	白色的	罂粟	植物	生长	大多	在	这	远的	东方	.

鸦片和吗啡——鸦片是一种危险的毒品，是从主要生长在远东地区的白罂粟植物的头部提取的。

[frɒm; frəm] [gæʃ] [kʌt] [ɪn][ðə; ði] ['pɒpi] [hedz] [ə; eɪ][dʒuːs] [rʌnz] [aʊt] [ænd; ənd] ['hɑːd(ə)n] ['ɪntuː][ə; eɪ] [gʌm]

From	**gashes**	**cut**	**in**	**the**	**poppy**	**heads**	**a**	**juice**	**runs**	**out**	**and**	**hardens**	**into**	**a**	**gum**
从	伤口	切	在	这	罂粟	头部	一个	汁	跑步	出去	和	硬化	进入	一个	胶

[frɒm; frəm] [wɪtʃ] [ðə; ði][pjʊə(r)] [drʌg] [ɪz] [meɪd] .

from	**which**	**the**	**pure**	**drug**	**is**	**made**	**.**
从	哪个	这	纯的	药品	是	制成	.

从罂粟花头上的切口中流出汁液，汁液硬化成胶状物，从中可以制成纯罂粟药材。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**84**	**]**
[	页	-	]

[第 84 页]

[sʌm; səm] [p'ɜːsənz] [sməʊk] ['əʊpiəm][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['draʊzi] [ænd; ənd] ['plez(ə)nt] ['fiːlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [gɪvz] .

Some	**persons**	**smoke**	**opium**	**for**	**the**	**drowsy**	**and**	**pleasant**	**feeling**	**it**	**gives**	**.**
一些	人	抽烟	鸦片	为了	这	昏昏欲睡	和	令人愉快的	感觉	它	给予	.

有些人吸食鸦片是为了获得它带来的困倦和愉悦感。

[ɪts] [juːz][ɪz] ['veri] ['hɜːtfl] [ænd; ənd]['ruːɪnz][bəuθ] ['bɒdi] [ænd; ənd][maɪnd] .

Its	**use**	**is**	**very**	**hurtful**	**and**	**ruins**	**both**	**body**	**and**	**mind**	**.**
它是	使用	是	非常	伤人的	和	废墟	两个都	身体	和	头脑	.

使用它会造成极大的伤害，损害身心健康。

['mɔːfiːn] [ɪz][ə; eɪ][pjʊə(r)] [fɔːm] [ɒv; əv]['əʊpiəm] .

Morphine	**is**	**a**	**pure**	**form**	**of**	**opium**	**.**
吗啡	是	一个	纯的	形式	的	鸦片	.

吗啡是纯鸦片。

[p'ɜːsənz] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [kɪl] [peɪn][ænd; ənd] [meɪk] [ðem; ðəm] [sliːp] .

Persons	**take**	**it**	**to**	**kill**	**pain**	**and**	**make**	**them**	**sleep**	**.**
人	拿	它	到	杀	疼痛	和	制作	他们	睡觉	.

人们服用它是为了止痛和助眠。

[juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)] [teɪk] [ˌaɪ 'tiː] [ɪk'sept] [wen] ['gɪv(ə)n][baɪ][ðə; ði]['dɒktə(r)] ,

You	**should**	**never**	**take**	**it**	**except**	**when**	**given**	**by**	**the**	**doctor**	**,**
你	应该	绝不	拿	它	除了	什么时候	给定	经过	这	医生	,

除非医生开具处方，否则绝对不能服用。

[æz; əz][ə; eɪ]['hæbɪt][ɪz] ['kwɪkli] [fɔːmd] [wɪtʃ] [wɪl] [meɪk] [juː; jʊ] ['mɪzrəbl] [θruː] [laɪf] .

as	**a**	**habit**	**is**	**quickly**	**formed**	**which**	**will**	**make**	**you**	**miserable**	**through**	**life**	**.**
作为	一个	习惯	是	迅速地	形成	哪个	将要	制作	你	悲惨的	通过	生活	.

这种习惯很容易养成，会让你一生痛苦不堪。

['peɪt(ə)nt; 'pæt(ə)nt] ['medsnz] . — [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] ['medsnz] ['ædvətaɪzd] [tuː; tə][kjʊə(r)] ['eɪlmənts] [wɪtʃ]

Patent	**Medicines**	**.**	**—**	**These**	**are**	**medicines**	**advertised**	**to**	**cure**	**ailments**	**which**
专利	药物	.	—	这些	是	药物	广告	到	治愈	疾病	哪个

['dʒen(ə)rəli] ['kænɒt] [biː; bi] [kjʊəd] [baɪ] [drʌgz] .

generally	**cannot**	**be**	**cured**	**by**	**drugs**	**.**
一般来说	不能	是	治愈	经过	药物	.

专利药品——这些药品广告宣传可以治愈通常药物无法治愈的疾病。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] ['medsnz] [mʌtʃ] ['ædvətaɪzd] [ɪn][ðə; ði] ['njuːzˌpeɪpəz] [ænd; ənd] ['mægəziːnz] .

They	**are**	**the**	**medicines**	**much**	**advertised**	**in**	**the**	**newspapers**	**and**	**magazines**	**.**
他们	是	这	药物	很多	广告	在	这	报纸	和	杂志	.

这些药品经常在报纸和杂志上做广告。

['nevə(r)][juːz][ðem; ðəm] [ən'les] [jɔː(r); jə(r)]['dɒktə(r)] [telz] [juː; jʊ][tuː; tə][duː; də][səʊ] .

Never	**use**	**them**	**unless**	**your**	**doctor**	**tells**	**you**	**to**	**do**	**so**	**.**
绝不	使用	他们	除非	你的	医生	讲述	你	到	做	所以	.

除非医生指示，否则千万不要使用它们。

['meni] [ɒv; əv][ðem; ðəm] [kən'teɪn] ['hɑːmf(ə)l] [drʌgz] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['mɔːfiːn] [ænd; ənd]['ælkəhɒl] .

Many	**of**	**them**	**contain**	**harmful**	**drugs**	**,**	**such**	**as**	**morphine**	**and**	**alcohol**	**.**
许多	的	他们	包含	有害	药物	,	这样的	作为	吗啡	和	酒精	.

其中许多含有有害药物，例如吗啡和酒精。

[wen] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [sɪk] , [gəʊ][tuː; tə][jɔː(r); jə(r)]['dɒktə(r)][fɔː(r); fə(r)] [əd'vaɪs] .

When	**you**	**are**	**sick**	**,**	**go**	**to**	**your**	**doctor**	**for**	**advice**	**.**
什么时候	你	是	生病的	,	去	到	你的	医生	为了	建议	.

生病时，请去看医生。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [tə'bækəʊ][ɪz] [reɪzd] . [ˌtuː'tuː] .

Explain	**how**	**tobacco**	**is**	**raised**	**.**	**2**	**.**
解释	如何	烟草	是	提高	.	2	.

1. 解释烟草的种植方法。2.

[haʊ] [ɪz][tə'bækəʊ] [juːst] ? [θriː] .

How	**is**	**tobacco**	**used**	**?**	**3**	**.**
如何	是	烟草	用过的	?	3	.

烟草是如何使用的？3.

[haʊ] [dʌz] [tə'bækəʊ] [ə'fekt] [ə; eɪ] [bɔɪ] ['juːzɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][fɔː(r); fə(r)][ðə; ðɪ] [fɜːst] [taɪm] ? [fɔːr] .

How	**does**	**tobacco**	**affect**	**a**	**boy**	**using**	**it**	**for**	**the**	**first**	**time**	**?**	**4**	**.**
如何	做	烟草	影响	一个	男生	使用	它	为了	这	第一的	时间	?	4	.

烟草对初次吸烟的男孩有什么影响？4.

[wɒt] [ɪz][ðə; ðɪ] [neɪm] [ɒv; əv][ðə; ðɪ]['pɔɪz(ə)n][ɪn][tə'bækəʊ] ? [faɪv] .

What	**is**	**the**	**name**	**of**	**the**	**poison**	**in**	**tobacco**	**?**	**5**	**.**
什么	是	这	姓名	的	这	毒	在	烟草	?	5	.

烟草中的毒素叫什么名字？5.

[tel] [haʊ] [tə'bækəʊ] [kiːps] [bɔɪz] [frɒm; frəm] ['grəʊɪŋ] . [sɪks] .

Tell	**how**	**tobacco**	**keeps**	**boys**	**from**	**growing**	**.**	**6**	**.**
告诉	如何	烟草	保持	男孩们	从	生长	.	6	.

6. 说明烟草是如何阻碍男孩生长的。

[wɒt] ['kʌntriz] [duː; də][nɒt] [ə'laʊ] [bɔɪz] [tuː; tə][juːz][tə'bækəʊ] ? ['sɛvən] .

What	**countries**	**do**	**not**	**allow**	**boys**	**to**	**use**	**tobacco**	**?**	**7**	**.**
什么	国家	做	不是	允许	男孩们	到	使用	烟草	?	7	.

哪些国家不允许男孩吸烟？7.

[wɒt] [ɪz] [ment] [baɪ] ['biːɪŋ] [ə; eɪ] [sleɪv] [tuː; tə][tə'bækəʊ] ? [eit] .

What	**is**	**meant**	**by**	**being**	**a**	**slave**	**to**	**tobacco**	**?**	**8**	**.**
什么	是	意思是	经过	存在	一个	奴隶	到	烟草	?	8	.

8. 所谓"成为烟草奴隶"是什么意思？

[wɒt] [ɪz] [tiː] ? [naɪn] .

What	**is**	**tea**	**?**	**9**	**.**
什么	是	茶	?	9	.

什么是茶？9.

[wɒt] [ɪz] ['kɒfi] ? - .

What	**is**	**coffee**	**?**	**10**	**.**
什么	是	咖啡	?	-	.

什么是咖啡？10.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [nɒt] [juːz] ['əʊpiəm] [ɔː(r)] ['mɔːfiːn] ?

Why	should	you	not	use	opium	or	morphine	?
为什么	应该	你	不是	使用	鸦片	或者	吗啡	?

为什么不应该使用鸦片或吗啡?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	85	]
[	页	-	]

[第 85 页]

['tʃæptə(r)] [ˌɛksˌaɪ'aɪ]

CHAPTER	XII
章	十二

第十二章

[ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] ['beɪðɪŋ]

THE	SKIN	AND	BATHING
这	皮肤	和	洗澡

皮肤与沐浴

[pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [skɪn] . — [ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [ə'baʊt] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz] [ðə; ði] ['leðə(r)] [ɒv; əv] [jɔː(r); jə(r)]

Parts	of	the	Skin	.	—	The	skin	is	about	as	thick	as	the	leather	of	your
部分	的	这	皮肤	.	—	这	皮肤	是	关于	作为	厚的	作为	这	皮革	的	你的

[ʃuː] .

shoe	.
鞋	.

皮肤的组成部分——皮肤的厚度与你鞋子的皮革差不多。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['fɑːsənd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [bɪ'niːθ] [wɪð] [faɪn] [waɪt] [θredz] [laɪk] ['spaɪdə(r)] [wɛbs] .

It	is	fastened	to	the	muscles	beneath	with	fine	white	threads	like	spider	webs	.
它	是	系紧	到	这	肌肉	下面	和	美好的	白色的	线程	喜欢	蜘蛛	网络	.

它通过细小的白色丝线（像蜘蛛网一样）附着在下面的肌肉上。

[ðɪs] [ɪz] [kɔːld] [kə'nektɪv] ['tɪʃuː] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ˌaɪ 'tiː] [kə'nekts] [ðə; ði] [skɪn] [tuː; tə] [ðə; ði] [liːn] [miːt] .

This	is	called	connective	tissue	because	it	connects	the	skin	to	the	lean	meat	.
这	是	称为	连接词	组织	因为	它	连接	这	皮肤	到	这	倾斜	肉	.

这被称为结缔组织，因为它将皮肤与瘦肉连接起来。

[ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv] [tuː] ['leɪəz] ([fɪg] . -) .

The	skin	is	made	of	two	layers	(	Fig	.	45	)	.
这	皮肤	是	制成	的	二	层	(	如图	.	-	)	.

皮肤由两层组成（图 45）。

[ðə; ði] ['ʌpə(r)] ['leɪə(r)] [ɪz] [fɔːmd] [ɒv; əv] [selz] .

The	upper	layer	is	formed	of	cells	.
这	上	层	是	形成	的	细胞	.

上层由细胞构成。

[ðɪs] [ɪz] [nemd] [ˌepɪ'dɜːmɪs] [ɔː(r)] ['skɑːfskɪn] .

This	is	named	epidermis	or	scarfskin	.
这	是	命名	表皮	或者	表皮	.

这被称为表皮或皮下组织。

[ðə; ði] [diːpə(r)] ['leɪə(r)] [ɪz] [meɪd] ['lɑːdʒli] [ɒv; əv] [faɪn] [θredz] ['wəʊv(ə)n] [tə'geðə(r)] .

The	deeper	layer	is	made	largely	of	fine	threads	woven	together	.
这	更深	层	是	制成	很大程度上	的	美好的	线程	编织	一起	.

更深层主要由细线交织而成。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ði] [truː] [skɪn] [ɔː(r)] ['dɜːmə] .

It	is	the	true	skin	or	derma	.
它	是	这	真的	皮肤	或者	真皮	.

这是真正的皮肤或真皮层。

[ðeə(r)] [ɪz][nəʊ] [blʌd] [ɪn][ðə; ði] ['skɑːfskɪn] ,

There	is	no	blood	in	the	scarfskin	,
那里	是	不	血	在	这	表皮	,

围巾皮上没有血迹。

[bʌt; bət] [ðeə(r)] [ɪz][ə; eɪ] ['netwɜːk] [ɒv; əv] [blʌd] [tjuːbz] [ɪn][ðə; ði] [truː] [skɪn] .

but	there	is	a	network	of	blood	tubes	in	the	true	skin	.
但	那里	是	一个	网络	的	血	管子	在	这	真的	皮肤	.

但真皮层下却有错综复杂的血管网络。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] ['kraʊdɪŋ] [ɒv; əv] [ðiːz] [wɪð] [blʌd] [ðæt] [meɪks] [ðə; ði] [skɪn] [lʊk] [səʊ] [red] [wen] [wiː; wi]

It	is	the	crowding	of	these	with	blood	that	makes	the	skin	look	so	red	when	we
它	是	这	拥挤	的	这些	和	血	那	制作	这	皮肤	看	所以	红色的什么时候		我们

[get] [hɒt] [ɔː(r)] [ɪk'saɪtɪd] .

get	hot	or	excited	.
得到	热的	或者	兴奋的	.

正是由于这些血管充血，当我们感到热或兴奋时，皮肤才会显得通红。

[ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [skɪn] . — [ðə; ði] [skɪn] [hæz; həz] [θriː] [tʃiːf] ['juːzɪz; 'juːsɪz] .

The	Use	of	the	Skin	.	—	The	skin	has	three	chief	uses	.
这	使用	的	这	皮肤	.	—	这	皮肤	有	三	首席	用途	.

皮肤的用途——皮肤主要有三种用途。

[ˌaɪ 'tiː] [prə'tekts] [ðə; ði] [s'ɒftɐ] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [frɒm; frəm] ['biːɪŋ] [hɜːt] [baɪ] [rʌf] [ɔː(r)] [hɑːd]

It	protects	the	softer	parts	of	the	body	from	being	hurt	by	rough	or	hard
它	保护	这	更柔和	部分	的	这	身体	从	存在	伤害	经过	粗糙的	或者	难的

[θɪŋz] [wɪtʃ] [maɪt] [tʌtʃ] [ˌaɪ 'tiː] .

things	which	might	touch	it	.
事物	哪个	可能	触碰	它	.

它可以保护身体较柔软的部位免受粗糙或坚硬物体的伤害。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [ðə; ði] ['ɔːrgənz] [ɒv; əv] ['fiːlɪŋ] .

It	contains	the	organs	of	feeling	.
它	包含	这	器官	的	感觉	.

它包含感觉器官。

[ˌaɪ 'tiː] [helps] [kiːp] [ðə; ði] [raɪt] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] [hiːt] [ɪn][ðə; ði] ['bɒdi] .

It	helps	keep	the	right	amount	of	heat	in	the	body	.
它	帮助	保持	这	正确的	数量	的	热	在	这	身体	.

它有助于保持体内适宜的体温。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [θɪn] [slaɪs] [θruː] [ðə; ði] [skɪn] , ['ʃəʊɪŋ] [swet] [glændz] , [ə; eɪ] [nɜːv] , [ænd; ənd] [blʌd] -

45	—	A	thin	slice	through	the	skin	,	showing	sweat	glands	,	a	nerve	,	and	blood	-
-	—	一个	薄的	片	通过	这	皮肤	,	显示	汗	腺体	,	一个	神经	,	和	血	-

[tjuːbz] .

tubes	.
管子	.

45 —皮肤的薄片，显示汗腺、神经和血管。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ðə; ði] [tɒp] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [draɪ] [ænd; ənd] [ded] .

The	top	part	of	the	skin	is	dry	and	dead	.
这	顶部	部分	的	这	皮肤	是	干燥	和	死的	.

皮肤表层干燥且有死皮。

[ðɪs] [gɪvz] ['betə(r)] [prə'tekʃ(ə)n] [ðæn; ðən] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][wɜː(r); wə(r)] [mɔɪst] [ænd; ənd]['tendə(r)] .

This	gives	better	protection	than	if	it	were	moist	and	tender	.
这	给予	更好的	保护	比	如果	它	是	潮湿	和	投标	.

这样比潮湿嫩嫩的状态更能起到保护作用。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	86	]
[	页	-	]

[第 86 页]

['pɑːtɪk(ə)lz][ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː][ɑː(r); ə(r)] ['weərɪŋ] [aʊt][ænd; ənd] ['drɒpɪŋ] [ɒf] [waɪl] ['ʌðə(r)]['bɪts][ɑː(r); ə(r)]

Particles	of	it	are	wearing	out	and	dropping	off	while	other	bits	are
颗粒	的	它	是	穿着	出去	和	下降	离开	尽管	其他	比特	是

['grəʊɪŋ] [bɪ'niːθ] [tuː; tə] [teɪk] [ðə; ðɪ] [pleɪs] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [wɔːn] - [aʊt] [pɑːts] .

growing	beneath	to	take	the	place	of	the	worn	-	out	parts	.
生长	下面	到	拿	这	地方	的	这	磨损	-	出去	部分	.

它的颗粒会磨损脱落，而其他部分则会在下面生长，以取代磨损的部分。

[ðə; ðɪ][mɔː(r)] [ðɪs] [tɒp] [skɪn] [ɪz] [prest] [ɒn][ænd; ənd] [rʌbd] , [ðə; ðɪ] [θɪkə] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] .

The	more	this	top	skin	is	pressed	on	and	rubbed	,	the	thicker	it	becomes	.
这	更多的	这	顶部	皮肤	是	按下	在	和	摩擦	,	这	较厚	它	变成	.

表皮受到按压和摩擦的次数越多，它就会变得越厚。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [twaɪs] [æz; əz] [θɪk] [ɪn][ðə; ðɪ][pɑːmz][ɒv; əv][ðə; ðɪ][hænd][ænd; ənd][ɒn]

For	this	reason	it	is	twice	as	thick	in	the	palms	of	the	hand	and	on
为了	这	原因	它	是	两次	作为	厚的	在	这	棕榈树	的	这	手	和	在

[ðə; ðɪ] [səʊls] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [fiːt] .

the	soles	of	the	feet	.
这	鞋底	的	这	脚	.

因此，手掌和脚底的皮肤厚度是其他部位的两倍。

['skætəd] [θruː] [ðə; ðɪ] [truː] [skɪn] [ɑː(r); ə(r)] [m'ɪliənz] [ɒv; əv]['taɪni]['ɔːrgənz] ['fɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ðɪ] [endz]

Scattered	through	the	true	skin	are	millions	of	tiny	organs	fastened	to	the	ends
疏散	通过	这	真的	皮肤	是	百万	的	微小的	器官	系紧	到	这	结束

[ɒv; əv][ðə; ðɪ] [nɜːv] [θredz] ['liːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ðɪ]['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [ænd; ənd] [breɪn] .

of	the	nerve	threads	leading	to	the	spinal	cord	and	brain	.
的	这	神经	线程	领导	到	这	脊	绳索	和	脑	.

在真皮层中散布着数百万个微小的器官，它们附着在通往脊髓和大脑的神经末梢上。

[ðiːz] ['ɔːrgənz] [tel] [ˌjuː 'es] [wen] [ðə; ðɪ][skɪn][ɪz] [tʌtʃt] [ɔː(r)] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][hɒt][ɔː(r)][kəʊld][ɔː(r)][ɪz]

These	organs	tell	us	when	the	skin	is	touched	or	when	it	is	hot	or	cold	or	is
这些	器官	告诉	我们	什么时候	这	皮肤	是	感动	或者	什么时候	它	是	热的	或者	寒冷的	或者	是

['biːɪŋ] [hɜːt] .

being	hurt	.
存在	伤害	.

这些器官告诉我们皮肤何时被触摸、何时感到冷热或受伤。

[ðə; ðɪ] [pɔːrz] [ænd; ənd][ðə; ðɪ] [swet] [glændz] . — [ɒn][ə; eɪ] [wɔːm] [deɪ][ðə; ðɪ][skɪn] [bɪ'kʌmz] [wet] [wɪð]

The	Pores	and	the	Sweat	Glands	.	—	On	a	warm	day	the	skin	becomes	wet	with
这	毛孔	和	这	汗	腺体	.	—	在	一个	温暖的	天	这	皮肤	变成	湿的	和

[ə; eɪ]['sɔːlti]['fluːɪd] [kɔːld] [swet] [ɔː(r)] [ˌpɜːspə'reɪʃn] .

a	salty	fluid	called	sweat	or	perspiration	.
一个	咸	体液	称为	汗	或者	汗	.

毛孔和汗腺——在温暖的日子里，皮肤会被一种叫做汗液或汗水的咸味液体浸湿。

[ðɪs] [fləʊz] [frɒm; frəm][ðə; ðɪ]['taɪni] [həʊlz] [ɔː(r)] [pɔːrz] [ɪn][ðə; ðɪ][skɪn] .

This	flows	from	the	tiny	holes	or	pores	in	the	skin	.
这	流量	从	这	微小的	孔	或者	毛孔	在	这	皮肤	.

这是从皮肤上的微小孔隙或毛孔中流出的。

[ə; eɪ] [gʊd] ['mægnɪfaɪɪŋ] [glɑːs] [wɪl] [ʃəʊ] [ðiːz] [pɔːrz] [ə'reɪndʒd] [ɪn] [rəʊz] [ɒn][ðə; ði] [rɪdʒɪz] [ɪn][ðə; ði]

A	good	magnifying	glass	will	show	these	pores	arranged	in	rows	on	the	ridges	in	the
一个	好的	放大	玻璃	将要	展示	这些	毛孔	安排	在	行	在	这	山脊	在	这

[pɑːm] [ɒv; əv][ðə; ði][hænd] .

palm	of	the	hand	.
棕榈	的	这	手	.

用放大镜可以清楚地看到手掌脊纹上排列成行的毛孔。

[frɒm; frəm] [iːtʃ] [pɔː(r)][ə; eɪ] [tjuːb] [liːdz] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ði] [truː] [skɪn] [tuː; tə][ə; eɪ] [kɔɪld] [tjuːb] ['fɔːmɪŋ]

From	each	pore	a	tube	leads	down	into	the	true	skin	to	a	coiled	tube	forming
从	每个	孔隙	一个	管子	线索	向下	进入	这	真的	皮肤	到	一个	卷曲	管子	成型

[ðə; ði] [swet] [glænd] ([fɪg] . -) .

the	sweat	gland	(	Fig	.	45	)	.
这	汗	腺	(	如图	.	-	)	.

每个毛孔都有一根管子向下通向真皮，最终汇聚成形成汗腺的盘绕管（图 45）。

[swet] [glændz][ɑː(r); ə(r)]['prez(ə)nt][baɪ][ðə; ði] [θ'aʊzəndz] [ɪn][ðə; ði][skɪn]

Sweat	glands	are	present	by	the	thousands	in	the	skin
汗	腺体	是	展示	经过	这	数千	在	这	皮肤

皮肤中分布着成千上万个汗腺。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	87	]
[	页	-	]

[第 87 页]

[ɒv; əv][ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

of	all	parts	of	the	body	.
的	全部	部分	的	这	身体	.

身体所有部位。

[ðeɪ] [gɪv] [aʊt] [frɒm; frəm] [wʌn] [paɪnt] [tuː; tə][ə; eɪ] ['gælən] [ɒv; əv] [swet] ['deɪli] .

They	give	out	from	one	pint	to	a	gallon	of	sweat	daily	.
他们	给	出去	从	一	品脱	到	一个	加仑	的	汗	日常的	.

他们每天会流出一品脱到一加仑的汗水。

[ðə; ði][mɔː(r)][wiː; wi] [wɜːk] [ænd; ənd][ðə; ði]['wɔːmə(r)][ðə; ði] ['weðə(r)] , [ðə; ði][mɔː(r)][ðə; ði] [swet] [fləʊz] .

The	more	we	work	and	the	warmer	the	weather	,	the	more	the	sweat	flows	.
这	更多的	我们	工作	和	这	更温暖	这	天气	,	这	更多的	这	汗	流量	.

工作越辛苦，天气越热，出汗就越多。

[ðeə(r)] [ɪz][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [weɪst] ['mætə(r)] ['kærid] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [baɪ][ðə; ði] [swet] ,

There	is	a	little	waste	matter	carried	out	of	the	body	by	the	sweat	,
那里	是	一个	小的	浪费	事情	携带	出去	的	这	身体	经过	这	汗	,

汗液会将少量废物排出体外。

[bʌt; bət][ɪts] [tʃiːf] [juːz][ɪz][tuː; tə] [kuːl] [ðə; ði] ['bɒdi] .

but	its	chief	use	is	to	cool	the	body	.
但	它是	首席	使用	是	到	凉爽的	这	身体	.

但它的主要用途是给身体降温。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ] ['pɑːsɪŋ] [ɒf] [ɪn][ðə; ði][eə(r)][ænd; ənd] ['kæriɪŋ] [ðə; ði] [hiːt] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] .

It	does	this	by	passing	off	in	the	air	and	carrying	the	heat	with	it	.
它	做	这	经过	通过	离开	在	这	空气	和	携带	这	热	和	它	.

它通过在空气中传播并携带热量来达到这个目的。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [kept] [frɒm; frəm] ['getɪŋ] [tuː] [hɒt] [ɪn] ['sʌmə(r)] .

In	this	way	the	body	is	kept	from	getting	too	hot	in	summer	.
在	这	方式	这	身体	是	保留	从	获得	也	热的	在	夏天	.

这样可以防止身体在夏天过热。

[ðə; ði]['kʌlə(r)][ɒv; əv][ðə; ði][skɪn] . — [ɪn][ðə; ði]['æfrɪkən] [reɪs] [ðə; ði]['kʌlə(r)][ɒv; əv][ðə; ði][skɪn][ɪz] [blæk] ,

The	Color	of	the	Skin	.	—	In	the	African	race	the	color	of	the	skin	is	black	,
这	颜色	的	这	皮肤	.	—	在	这	非洲	种族	这	颜色	的	这	皮肤	是	黑色的	,

肤色——非洲人的肤色是黑色的。

[ɪn][ðə; ði] [ˌtʃaɪ'niːz] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['jeləʊɪʃ] , [waɪl] [ɪn]['aʊə(r)] [reɪs] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['nɪəli] [waɪt] .

in	the	Chinese	it	is	yellowish	,	while	in	our	race	it	is	nearly	white	.
在	这	中国人	它	是	淡黄色	,	尽管	在	我们的	种族	它	是	几乎	白色的	.

中国人的牙齿呈黄色，而我们人类的牙齿则近乎白色。

[ðə; ði] ['dɪfrənt] [hjʊ] [ɑː(r); ə(r)] [djuː] [tuː; tə][ə; eɪ] ['kʌlərɪŋ] ['mætə(r)] [kɔːld] ['pɪgmənt] .

The	different	hues	are	due	to	a	coloring	matter	called	pigment	.
这	不同的	色调	是	到期的	到	一个	染色	事情	称为	颜料	.

不同的色调是由于一种叫做颜料的着色物质造成的。

[ðɪs] [laɪz][ɪn][ðə; ði] [diːp] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði] ['skɑːfskɪn] .

This	lies	in	the	deep	part	of	the	scarfskin	.
这	谎言	在	这	深的	部分	的	这	表皮	.

它位于围巾皮的深处。

['gəʊɪŋ] [aʊt][ɪn][ðə; ði][wɪnd][ænd; ənd][sʌn] ['kɔːzɪz] [mɔː(r)] ['pɪgmənt] [tuː; tə] [kə'lekt] ,

Going	out	in	the	wind	and	sun	causes	more	pigment	to	collect	,
去	出去	在	这	风	和	太阳	原因	更多的	颜料	到	收集	,

在风吹日晒下活动会导致更多色素聚集。

[ænd; ənd][wiː; wi] [seɪ] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [tænd] .

and	we	say	we	are	tanned	.
和	我们	说	我们	是	晒黑的	.

我们说我们晒黑了。

[ɪf] [ðə; ði] ['pɪgmənt] [kə'lekts] [ɪn] [spɒts] , [ˌaɪ 'tiː] [meɪks] ['frek(ə)lz] .

If	the	pigment	collects	in	spots	,	it	makes	freckles	.
如果	这	颜料	收集	在	地点	,	它	制作	雀斑	.

如果色素聚集在斑点处，就会形成雀斑。

[ðeə(r)] [ɪz][nəʊ] [wei] [ɒv; əv] [rɪ'muːvɪŋ] [æt; ət][wʌns] ['frek(ə)lz] [ɔː(r)] [tæn] .

There	is	no	way	of	removing	at	once	freckles	or	tan	.
那里	是	不	方式	的	移除	在	一次	雀斑	或者	棕褐色	.

雀斑或晒黑无法一次性去除。

[ðeɪ] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [ˌdɪsə'pɪə(r)] [ɪn][ðə; ði]['wɪntə(r)] .

They	usually	disappear	in	the	winter	.
他们	通常	消失	在	这	冬天	.

它们通常在冬天消失。

[nəʊ] ['paʊdər] [nɔː(r)] ['eni] ['ʌðə(r)] [kaɪnd][ɒv; əv]['medsn; 'medɪsn] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi]['teɪkən][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði]

No	powders	nor	any	other	kind	of	medicine	should	be	taken	to	make	the
不	粉末	也不	任何	其他	种类	的	药品	应该	是	已采取	到	制作	这

[skɪn] [waɪt] [ænd; ənd] [smuːð] .

skin	white	and	smooth	.
皮肤	白色的	和	光滑的	.

不应服用任何粉末或其他类型的药物来使皮肤白皙光滑。

[sʌtʃ] ['medsnz] [meɪ] [kən'teɪn] ['pɔɪz(ə)n][ænd; ənd][ɑː(r); ə(r)] ['laɪkli] [ɪn] [taɪm] [tuː; tə] [hɜːt] [ðə; ði] ['bɒdi] .

Such	medicines	may	contain	poison	and	are	likely	in	time	to	hurt	the	body	.
这样的	药物	可能	包含	毒	和	是	可能	在	时间	到	伤害	这	身体	.

这类药物可能含有毒素，并且很可能在一段时间后对身体造成伤害。

[ðə; ði] [skɪn] [meɪ] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [biː; bi] [kept] [spft] [ænd; ənd] [smuːð] [baɪ] ['wɒʃɪŋ] [wel] [wɪð] [spft]

The	skin	may	usually	be	kept	soft	and	smooth	by	washing	well	with	soft
这	皮肤	可能	通常	是	保留	柔软的	和	光滑的	经过	洗涤	出色地	和	柔软的

['wɔːtə(r)][ænd; ənd] [gʊd] [səʊp] .

water	and	good	soap	.
水	和	好的	肥皂	.

用软水和优质肥皂彻底清洗，通常可以保持皮肤柔软光滑。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [hɑːʃ] [ɔː(r)] [krækt] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['glɪsərɪn; 'glɪsəriːn] [rʌbd] [ɒn]['ɑːftə(r)] [iːtʃ]

If	it	becomes	harsh	or	cracked	,	a	little	glycerine	rubbed	on	after	each
如果	它	变成	残酷的	或者	裂纹	,	一个	小的	甘油	摩擦	在	后	每个

['wɒʃɪŋ] [meɪ] [help] [ˌaɪ 'tiː] .

washing	may	help	it	.
洗涤	可能	帮助	它	.

如果变得粗糙或开裂，每次清洗后涂抹少量甘油可能会有所帮助。

[ðə; ði] [neɪlz] [ænd; ənd][ðeə(r)][keə(r)] . — [ðə; ði] [neɪlz] [ɑː(r); ə(r)] ['hɑːd(ə)nd] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [ˌepɪ'dɜːmɪs] .

The	Nails	and	their	Care	.	—	The	nails	are	hardened	parts	of	the	epidermis	.
这	指甲	和	他们的	关心	.	—	这	指甲	是	硬化	部分	的	这	表皮	.

指甲及其护理——指甲是表皮的硬化部分。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn'tendɪd] [tuː; tə] [prɪ'vent]

They	are	intended	to	prevent
他们	是	故意的	到	防止

它们的目的是为了防止

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	88	]
[	页	-	]

[第 88 页]

[ðə; ði] [endz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['fɪŋgəz] [frɒm; frəm] ['biːɪŋ] [hɜːt] [ænd; ənd][tuː; tə] [gɪv] [ə; eɪ] [niːt] [ə'pɪərəns]

the	ends	of	the	fingers	from	being	hurt	and	to	give	a	neat	appearance
这	结束	的	这	手指	从	存在	伤害	和	到	给	一个	整洁的	外貌

[tuː; tə][ðə; ði][hænd] .

to	the	hand	.
到	这	手	.

防止手指末端受伤，并使手部外观整洁。

[ðə; ði] [endz] [ɒv; əv][ðə; ði] [neɪlz] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)][biː; bi] [tʃuː] [ɔː(r)] [tɔːn] [ɒf] ,

The	ends	of	the	nails	should	never	be	chewed	or	torn	off	,
这	结束	的	这	指甲	应该	绝不	是	咀嚼	或者	撕裂	离开	,

指甲末端绝对不能啃咬或撕扯。

[æz; əz] [ðɪs] [meɪks] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [blʌnt] [ænd; ənd][ðə; ði] [fleʃ] [sɔː(r)] .

as	this	makes	the	fingers	blunt	and	the	flesh	sore	.
作为	这	制作	这	手指	钝	和	这	肉	疮	.

这样会导致手指变钝，皮肤疼痛。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [faɪld] [ɔː(r)] [kʌt] ['niːtli] [wɪð] [ðə; ði] ['sɪzəz] [səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [stɪk] [aʊt]

They	should	be	filed	or	cut	neatly	with	the	scissors	so	that	they	do	not	stick	out
他们	应该	是	已提交	或者	切	整齐地	和	这	剪刀	所以	那	他们	做	不是	戳	出去

[bɪ'jɒnd] [ðə; ði] [endz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['fɪŋgəz] .

beyond	the	ends	of	the	fingers	.
超过	这	结束	的	这	手指	.

应该用锉刀或剪刀将它们整齐地修剪干净，以免超出手指末端。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][hændz] ['ʃəʊɪŋ] [æt; ət][ðə; ði] [raɪt] [haʊ] [ðə; ði] [neɪlz] [ʃʊd; ʃəd] [ə'pɪə(r)] ,

46	—	Photograph	of	hands	showing	at	the	right	how	the	nails	should	appear	,
-	—	照片	的	双手	显示	在	这	正确的	如何	这	指甲	应该	出现	,

46 —一张手部照片，右侧显示了指甲的正确样式，

[ænd; ənd][æt; ət][ðə; ði] [left] [haʊ] ['baɪtɪŋ] [ɒf] [ðə; ði] [neɪlz] [meɪks] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [blʌnt] [ænd; ənd][sɔː(r)] .

and	at	the	left	how	biting	off	the	nails	makes	the	fingers	blunt	and	sore	.
和	在	这	左边	如何	咬	离开	这	指甲	制作	这	手指	钝	和	疮	.

左边的图片展示了咬指甲如何使手指变钝和疼痛。

['meni] [bɔɪz] [ænd; ənd][sʌm; səm][g'ɜːlz] [spɔɪl] [ðə; ði] [ə'pɪərəns] [ɒv; əv][ðeə(r)] [neɪlz] [baɪ] ['letɪŋ] [ə; eɪ] [laɪn]

Many	boys	and	some	girls	spoil	the	appearance	of	their	nails	by	letting	a	line
许多	男孩们	和	一些	女孩们	剧透	这	外貌	的	他们的	指甲	经过	出租	一个	线

[ɒv; əv] [blæk] [dɜːt] [rɪ'meɪn] [bɪ'niːθ] [ðem; ðəm] .

of	black	dirt	remain	beneath	them	.
的	黑色的	污垢	保持	下面	他们	.

许多男孩和一些女孩会因为让指甲下残留黑色污垢而影响指甲的美观。

[ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv][ə; eɪ] [stɪk] [ɔː(r)][ə; eɪ][neɪl] ['kliːnə(r)] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [pɑːst] [bɪ'niːθ] [ðə; ði][neɪlz] ['evri]

A	piece	of	a	stick	or	a	nail	cleaner	should	be	passed	beneath	the	nails	every
一个	片	的	一个	戳	或者	一个	指甲	清洁工	应该	是	通过了	下面	这	指甲	每一个

[taɪm] [ðə; ði][hændz][ɑː(r); ə(r)] [wɒʃt] .

time	the	hands	are	washed	.
时间	这	双手	是	洗过	.

每次洗手时，都应该用一根小木棍或指甲清洁器清洁指甲缝隙。

[ɪf] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [ɑː(r); ə(r)] [mʌtʃ] [sɔɪld] ,

If	the	fingers	are	much	soiled	,
如果	这	手指	是	很多	脏的	,

如果手指很脏，

[ə; eɪ] [stɪf] [brʌʃ] [ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn] [rɪ'muːvɪŋ] [ðə; ði][dɜːt]['ʌndə(r)][ðə; ði][neɪlz] .

a	stiff	brush	is	useful	in	removing	the	dirt	under	the	nails	.
一个	僵硬的	刷子	是	有用	在	移除	这	污垢	在下面	这	指甲	.

硬毛刷有助于清除指甲下的污垢。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [slaɪs] [θruː] [ə; eɪ][heə(r)][ɪn][ɪts][sæk] .

47	—	A	slice	through	a	hair	in	its	sac	.
-	—	一个	片	通过	一个	头发	在	它是	囊	.

47 —切开其囊中的一根毛发。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ðə; ði][heə(r)] . — [sʌm; səm][heə(r)] [grəuz] [ɒn] ['nɪəli] [ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

The	Hair	.	—	Some	hair	grows	on	nearly	all	parts	of	the	body	.
这	头发	.	—	一些	头发	生长	在	几乎	全部	部分	的	这	身体	.

毛发——身体几乎所有部位都会长出毛发。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [mʌtʃ] [θɪkə] [ɒn][ðə; ði] [hed] [ðæn; ðən] [ˌels'weə(r)] .

It	is	much	thicker	on	the	head	than	elsewhere	.
它	是	很多	较厚	在	这	头	比	别处	.

头部比其他部位要粗得多。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 89]
[页 -]

[第 89 页]

[iːtʃ] [heə(r)] [grəuz] [frɒm; frəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [nɒb] [æt; ət][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ə; eɪ]['taɪni] [tjuːb] [ɪn][ðə; ði]
Each hair grows from a little knob at the bottom of a tiny tube in the
每个 头发 生长 从 一个 小的 旋钮 在 这 底部 的 一个 微小的 管子 在 这
[skɪn] [kɔːld] [ðə; ði][heə(r)][sæk] ([fɪg] . -) .
skin called the hair sac (Fig . 47) .
皮肤 称为 这 头发 囊 (如图 . -) .

每根毛发都从皮肤中称为毛囊的小管底部的一个小突起长出（图 47）。

[ɪf] [heə(r)][ɪz] ['pʊld] [aʊt] ,
If hair is pulled out ,
如果 头发 是 拉 出去 ,

如果头发被拔掉，

[ə'nʌðə(r)] [wʌn] [wɪl] [grəʊ] [ɪn][ɪts] [pleɪs] [ɪf] [ðə; ði] [nɒb] [æt; ət][ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ðə; ði][sæk][ɪz][nɒt]
another one will grow in its place if the knob at the bottom of the sac is not
其他 一 将要 生长 在 它是 地方 如果 这 旋钮 在 这 底部 的 这 囊 是 不是
[hɜːt] .
hurt .
伤害 .

如果囊底的瘤状物没有受伤，就会在原处长出另一个囊状物。

[wʌn] [ɔː(r)] [tuː] [ɔɪl] [glændz] ['əʊpən]['ɪntuː] [iːtʃ] [heə(r)][sæk][ænd; ənd] [gɪv] [aʊt] [æn; ən] [ɔɪl] [tuː; tə] [kiːp]
One or two oil glands open into each hair sac and give out an oil to keep
一 或者 二 油 腺体 打开 进入 每个 头发 囊 和 给 出去 一个 油 到 保持
[ðə; ði][skælp][ænd; ənd][heə(r)] [spft] .
the scalp and hair soft .
这 头皮 和 头发 柔软的 .

每个毛囊内有一到两个皮脂腺开口，分泌油脂以保持头皮和头发柔软。

[nəʊ]['ʌðə(r)][heə(r)] ['dresɪŋ] [ɪz] ['niːdɪd] .
No other hair dressing is needed .
不 其他 头发 敷料 是 需要 .

无需其他美发产品。

['ɑːftə(r)] ['θɜːti] [ɔː(r)] ['fɔːti] [j'iəz] [ɒv; əv][eɪdʒ][ðə; ði][heə(r)] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [tɜːn] [greɪ] .
After thirty or forty years of age the hair begins to turn gray .
后 三十 或者 四十 年 的 年龄 这 头发 开始 到 转动 灰色的 .

三十岁或四十岁以后，头发就开始变白。

[nəʊ]['medsn; 'medɪsn] [wɪl] [prɪ'vent] [ðə; ði][heə(r)][frɒm; frəm] ['tɜːnɪŋ] [greɪ] ,
No medicine will prevent the hair from turning gray ,
不 药品 将要 防止 这 头发 从 转弯 灰色的 ,

没有药物可以阻止头发变白。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz]['dʒen(ə)rəli] [ˌʌn'waɪz] [tuː; tə]['kʌlə(r)][ðə; ði][heə(r)] [wɪð] [ə; eɪ] [daɪ] .
and it is generally unwise to color the hair with a dye .
和 它 是 一般来说 失策 到 颜色 这 头发 和 一个 染料 .

通常来说，用染发剂给头发染色是不明智的。

[ðeə(r)] [ɪz]['pɔɪz(ə)n][ɪn][sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] ['mɪkstʃər] [səʊld][tuː; tə]['kʌlə(r)][ðə; ði][heə(r)] .
There is poison in some of the mixtures sold to color the hair .
那里 是 毒 在 一些 的 这 混合物 卖 到 颜色 这 头发 .

市面上一些染发剂中含有毒素。

[ðə; ði][keə(r)][ɒv; əv][ðə; ði][heə(r)] . — [wen] [ðə; ði][heə(r)][ɪz] [ʌn'kəʊmd] , [ðə; ði] [həʊl] ['pɜːs(ə)n] [lʊks]

The	Care	of	the	Hair	.	—	When	the	hair	is	uncombed	,	the	whole	person	looks
这	关心	的	这	头发	.	—	什么时候	这	头发	是	未梳理的	,	这	所有的	人	看起来

[ʌn'taɪdi] .

untidy	.
凌乱	.

头发的护理——头发不梳理，整个人看起来就不整洁。

[ðə; ði][heə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kəʊmd] ['keəfəli] ['evri] ['mɔːnɪŋ] [ænd; ənd] [ə'gen] [meɪd] ['taɪdi] [bɪ'fɔː(r)]

The	hair	should	be	combed	carefully	every	morning	and	again	made	tidy	before
这	头发	应该	是	梳理过的	小心	每一个	早晨	和	再次	制成	整齐的	前

[iːtʃ] [miːl] .

each	meal	.
每个	一顿饭	.

每天早上都要仔细梳理头发，每餐前也要再次整理好。

[juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [juːz] [æz; əz] ['lɪt(ə)l] ['wɔːtə(r)] [æz; əz] ['pɒsəb(ə)l] [tuː; tə] ['mɔɪsn] [ðə; ði][heə(r)] .

You	should	use	as	little	water	as	possible	to	moisten	the	hair	.
你	应该	使用	作为	小的	水	作为	可能的	到	濡	这	头发	.

你应该尽量少用水来润湿头发。

[ðə; ði][glændz][kæn; kən][biː; bi] [meɪd] [tuː; tə] [gɪv] [aʊt] [ðeə(r)][heə(r)] [ɔɪl] [baɪ] ['skwiːzɪŋ] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði]

The	glands	can	be	made	to	give	out	their	hair	oil	by	squeezing	parts	of	the
这	腺体	能	是	制成	到	给	出去	他们的	头发	油	经过	挤压	部分	的	这

[skælp] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] .

scalp	between	the	fingers	.
头皮	之间	这	手指	.

用手指挤压头皮的某些部位，可以促使腺体分泌油脂。

[ðə; ði][skælp] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] [klenzd] [wɪð] [səʊp] [ænd; ənd] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] ['evri] [θriː] [ɔː(r)][fɔː(r)]

The	scalp	should	be	well	cleansed	with	soap	and	warm	water	every	three	or	four
这	头皮	应该	是	出色地	已清洗	和	肥皂	和	温暖的	水	每一个	三	或者	四

[wiːks] .

weeks	.
周	.

每隔三到四周，应该用肥皂和温水彻底清洁头皮。

[ðə; ði][heə(r)]

The	hair
这	头发

头发

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	90	]
[	页	-	]

[第90页]

[ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [draɪd] ['kwɪkli] [wɪð] [ə; eɪ] [sɒft] ['taʊəl] [ænd; ənd] [baɪ] ['sɪtɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [sʌn] [ɔː(r)] [nɪə(r)] [ə; eɪ]

should	be	dried	quickly	with	a	soft	towel	and	by	sitting	in	the	sun	or	near	a
应该	是	干燥	迅速地	和	一个	柔软的	毛巾	和	经过	坐着	在	这	太阳	或者	靠近	一个

[stəʊv] .

stove	.
火炉	.

应尽快用柔软的毛巾擦干，并放在阳光下或炉子旁晾干。

[wʌn] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kætʃ] [kəʊld][baɪ] ['gəʊɪŋ] [aʊt] [ɒv; əv] [dɔːz] [wen] [ðə; ði][heə(r)][ɪz] [wet] .

One	is	likely	to	catch	cold	by	going	out	of	doors	when	the	hair	is	wet	.
一	是	可能	到	抓住	寒冷的	经过	去	出去	的	门	什么时候	这	头发	是	湿的	.

头发湿的时候出门容易着凉。

[heə(r)] [ɔɪlz] [ænd; ənd] ['dændrʌf] [kj'ɔ:z] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [bi:; bi] [ju:st] [ən'les] [əd'vaɪzd] [baɪ][ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

Hair	oils	and	dandruff	cures	should	not	be	used	unless	advised	by	a	physician	.
头发	油	和	头皮	治愈	应该	不是	是	用过的	除非	建议	经过	一个	医生	.

除非医生建议，否则不应使用护发油和去屑产品。

['pɪntʃɪŋ] [ænd; ənd] ['rɪŋklɪŋ] [ðə; ði][skælp] [twaɪs] ['wi:kli] [wɪð] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [meɪks] [ðə; ði] [blʌd]

Pinching	and	wrinkling	the	scalp	twice	weekly	with	the	fingers	makes	the	blood
捏	和	皱纹	这	头皮	两次	每周	和	这	手指	制作	这	血

[tju:bz] [grəʊ] ['lɑ:dʒə(r)][ænd; ənd] [brɪŋ] [mɔ:(r)] [fu:d] [tu:; tə][ðə; ði][heə(r)] .

tubes	grow	larger	and	bring	more	food	to	the	hair	.
管子	生长	更大的	和	带来	更多的	食物	到	这	头发	.

每周用手指捏揉头皮两次，可以使血管扩张，为头发输送更多营养。

[ˌaɪ 'ti:] [wɪl] ['ɔ:lsəʊ][ɪn] ['meni] [p'ɜ:sənz] [stɒp] [ðə; ði][heə(r)][frɒm; frəm] ['fɔ:lɪŋ] [aʊt] [ænd; ənd] [prɪ'vent]

It	will	also	in	many	persons	stop	the	hair	from	falling	out	and	prevent
它	将要	还	在	许多	人	停止	这	头发	从	坠落	出去	和	防止

['dændrʌf] [ænd; ənd] ['ɪtʃɪŋ] .

dandruff	and	itching	.
头皮	和	瘙痒	.

它还能防止许多人脱发，并预防头皮屑和瘙痒。

[fɪg] . - — ['fəutəgræfs] ['ʃəʊɪŋ] [haʊ] ['ki:pɪŋ] [ðə; ði][heə(r)]['taɪdi] [ɪm'pru:vz] [ðə; ði] [ə'pɪərəns] .

Fig	.	48	—	Photographs	showing	how	keeping	the	hair	tidy	improves	the	appearance	.
如图	.	-	—	照片	显示	如何	保持	这	头发	整齐的	改善	这	外貌	.

图 48 — 照片显示保持头发整洁如何改善外观。

[du:; də] [nɒt] [ju:z][ðə; ði][heə(r)] [brʌʃ] [ɒv; əv] [ə'nʌðə(r)] ['pɜ:s(ə)n][ɔ:(r)] [ɪks'tʃeɪndʒ] [hæts] [wɪð] [jɔ:(r); jə(r)]

Do	not	use	the	hair	brush	of	another	person	or	exchange	hats	with	your
做	不是	使用	这	头发	刷子	的	其他	人	或者	交换	帽子	和	你的

[kəm'pænjənz] .

companions	.
同伴	.

不要使用他人的梳子，也不要与同伴交换帽子。

[ˌʌn'kli:n] [p'ɜ:sənz] [ænd; ənd] [ðəʊz] ['lɪvɪŋ] [ɔ:(r)] ['pleɪɪŋ] [mʌtʃ] [wɪð] [ðem; ðəm]['ɒf(ə)n][hæv; həv] [ə'mʌŋ]

Unclean	persons	and	those	living	or	playing	much	with	them	often	have	among
不洁	人	和	那些	活的	或者	玩耍	很多	和	他们	经常	有	之中

[ðeə(r)] [heəz] ['lɪt(ə)l] ['kri:tʃəz] [kɔ:ld] [hed] [laɪs] .

their	hairs	little	creatures	called	head	lice	.
他们的	头发	小的	生物	称为	头	虱子	.

不讲卫生的人以及经常与他们一起生活或玩耍的人，头发里常常会滋生一种叫做头虱的小虫子。

[ðeɪ] [sʌk] [blʌd] [ænd; ənd] [kɔ:z] ['kɒnstənt] ['ɪtʃɪŋ] .

They	suck	blood	and	cause	constant	itching	.
他们	吸	血	和	原因	持续的	瘙痒	.

它们吸血并引起持续瘙痒。

[ðə; ði]

The
这

这

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	91	]
[	页	-	]

[第91页]

['dɒktə(r)] [wɪl] [tel] ['eni] [wʌn] [haʊ] [tu:; tə] [get] [rɪd][ɒv; əv][ðem; ðəm] ['i:zəli] .

doctor	will	tell	any	one	how	to	get	rid	of	them	easily	.
医生	将要	告诉	任何	一	如何	到	得到	摆脱	的	他们	容易地	.

医生会告诉任何人如何轻松摆脱它们。

['kiːpɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] [kliːn] . — [ðə; ði] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] [ded] ['mætə(r)] ['kærid] [aʊt] [baɪ] [ðə; ði] [swet] [ɒn]

Keeping	the	Skin	Clean	.	—	The	amount	of	dead	matter	carried	out	by	the	sweat	on
保持	这	皮肤	干净的	.	—	这	数量	的	死的	事情	携带	出去	经过	这	汗	在

[tuː; tə] [ðə; ði] [skɪn] ['evri] [deɪ] [ɪz] ['iːkwəl] [tuː; tə] [ə; eɪ] [mæs] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz] [jɔː(r); jə(r)] [θʌm] .

to	the	skin	every	day	is	equal	to	a	mass	as	large	as	your	thumb	.
到	这	皮肤	每一个	天	是	平等的	到	一个	大量的	作为	大的	作为	你的	拇指	.

保持皮肤清洁——每天通过汗液带到皮肤上的死皮物质的质量相当于你拇指的大小。

[dʌst] ['ɔːlsəʊ] [wɜːks] [θruː] [ðə; ði] ['kləʊðɪŋ] [ænd; ənd] [stɪks] [fɑːst] [tuː; tə] [ðə; ði] [mɔɪst] [skɪn] .

Dust	also	works	through	the	clothing	and	sticks	fast	to	the	moist	skin	.
灰尘	还	作品	通过	这	衣服	和	棍子	快速地	到	这	潮湿	皮肤	.

灰尘还会穿透衣物，并牢牢粘附在潮湿的皮肤上。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] ['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [wɒʃ] [ðə; ði] [həʊl] ['bɒdi] [wʌns] [ɔː(r)] [twaɪs] [iːtʃ] [wiːk] .

For	this	reason	every	one	should	wash	the	whole	body	once	or	twice	each	week	.
为了	这	原因	每一个	一	应该	洗	这	所有的	身体	一次	或者	两次	每个	星期	.

因此，每个人每周都应该洗一到两次全身澡。

[ðə; ði] [fiːt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɒʃt] ['ɒf(tə)n] [æz; əz] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] [mɔː(r)] [sɔɪld] .

The	feet	should	be	washed	oftener	as	they	become	more	soiled	.
这	脚	应该	是	洗过	更频繁	作为	他们	变得	更多的	脏的	.

脚脏了就应该经常洗。

['meni] [p'ɜːsənz] [teɪk] [ə; eɪ] [bæθ.bɑːθ] ['evri] [deɪ] .

Many	persons	take	a	bath	every	day	.
许多	人	拿	一个	洗澡	每一个	天	.

很多人每天都洗澡。

[ə; eɪ] [kəʊld] [bæθ.bɑːθ] ['teɪkən] [dʒʌst] ['ɑːftə(r)] ['raɪzɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['mɔːnɪŋ] [weiks] [ʌp] [ðə; ði] [nɜːvz] ,

A	cold	bath	taken	just	after	rising	in	the	morning	wakes	up	the	nerves	,
一个	寒冷的	洗澡	已采取	只是	后	上升	在	这	早晨	醒来	向上	这	神经	,

清晨起床后立即洗个冷水澡可以提神醒脑。

[meɪks] [ðə; ði] [hɑːt] [wɜːk] ['betə(r)] , [ænd; ənd] [gɪvz] [helθ] [ænd; ənd] [streŋθ] [tuː; tə] [ðə; ði] [həʊl] ['bɒdi] .

makes	the	heart	work	better	,	and	gives	health	and	strength	to	the	whole	body	.
制作	这	心	工作	更好的	,	和	给予	健康	和	力量	到	这	所有的	身体	.

它能改善心脏功能，并为全身带来健康和力量。

['ɑːftəwəd] , [ðə; ði] ['bɒdi] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] [rʌbd] [wɪð] [ə; eɪ] [kɔːs] ['taʊəl] .

Afterward	,	the	body	should	be	well	rubbed	with	a	coarse	towel	.
之后	,	这	身体	应该	是	出色地	摩擦	和	一个	粗	毛巾	.

之后，用粗糙的毛巾彻底擦拭身体。

[ðə; ði] [bæθ.bɑːθ] [meɪ] [biː; bi] ['teɪkən] [baɪ] ['laɪɪŋ] [ɪn] [ə; eɪ] [tʌb] [ɒv; əv] ['wɔːtə(r)] [ɔː(r)] [baɪ] ['rʌbɪŋ] [ðə; ði] ['bɒdi] ['əʊvə(r)] ['kwɪkli] [wɪð] [ə; eɪ] [wet] [spʌndʒ] .

The	bath	may	be	taken	by	lying	in	a	tub	of	water	or	by	rubbing	the	body	over	quickly	with	a	wet	sponge	.
这	洗澡	可能	是	已采取	经过	说谎	在	一个	浴缸	的	水	或者	经过	擦	这	身体	超过	迅速地	和	一个	湿的	海绵	.

洗澡的方式有两种：一种是躺在浴缸里，另一种是用湿海绵快速擦拭身体。

[ə; eɪ] [hɒt] [bæθ.bɑːθ] [ɪz] [best] [fɔː(r); fə(r)] ['klenzɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] .

A	hot	bath	is	best	for	cleansing	the	skin	.
一个	热的	洗澡	是	最好的	为了	清洁	这	皮肤	.

热水澡是清洁皮肤的最佳方式。

[ə; eɪ] [wɔːm] [bæθ.bɑːθ] [meɪks] [wʌn] ['sliːpi] [ænd; ənd] [ʃʊd; ʃəd] , ['ðeəfɔː(r)] , [biː; bi]['teɪkən]['əʊnli][æt; ət]

A	warm	bath	makes	one	sleepy	and	should	,	therefore	,	be	taken	only	at
一个	温暖的	洗澡	制作	一	困	和	应该	,	所以	,	是	已采取	仅有的	在

['bedtaɪm] .

bedtime	.
就寝时间	.

热水澡会使人犯困，因此应该只在睡前进行。

[ðə; ði][hændz] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [wel] [wɒʃt] [bɪ'fɔː(r)] ['hændlɪŋ] [fuːd] .

The	hands	should	always	be	well	washed	before	handling	food	.
这	双手	应该	总是	是	出色地	洗过	前	处理	食物	.

处理食物前务必彻底洗手。

[p'ɜːsənz] [nɪ'glektɪŋ] [tuː; tə][duː; də] [ðɪs] [hæv; həv] [kɔːzd] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv][ðə; ði]

Persons	neglecting	to	do	this	have	caused	much	sickness	because	of	the
人	疏忽	到	做	这	有	导致	很多	疾病	因为	的	这

[dɪ'ziːz] [dʒɜːrmz][ɒn][ðeə(r)][hændz] .

disease	germs	on	their	hands	.
疾病	细菌	在	他们的	双手	.

那些疏忽大意的人，由于手上携带病菌，导致很多人患病。

[wʌn] ['hʌndrəd] [ænd; ənd] ['fɪfti] [p'ɜːsənz] [wɜː(r); wə(r)]['gɪv(ə)n] ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)][ɪn][wʌn] ['sɪti] [ɪn]

One	hundred	and	fifty	persons	were	given	typhoid	fever	in	one	city	in
一	百	和	五十	人	是	给定	伤寒	发烧	在	一	城市	在

[ˌmæsə'tʃuːsɪts] [baɪ][ə; eɪ][mæn] [huː] ['hændld] [mɪlk] [wɪ'ðaʊt] ['wɒʃɪŋ] [hɪz; ɪz][hændz] .

Massachusetts	by	a	man	who	handled	milk	without	washing	his	hands	.
马萨诸塞州	经过	一个	男人	WHO	处理	牛奶	没有	洗涤	他的	双手	.

在马萨诸塞州的一个城市，一名男子因接触牛奶后未洗手而感染了伤寒，导致150人患病。

[dɜːt][ænd; ənd] [dɪ'ziːz] [ɑː(r); ə(r)] [kəm'pænjənz] .

Dirt	and	disease	are	companions	.
污垢	和	疾病	是	同伴	.

污垢和疾病总是形影不离。

[juː; jʊ][mʌst; məst][biː; bi] [kliːn] [ɪf] [juː; jʊ] [wʊd] [biː; bi] ['helθi] .

You	must	be	clean	if	you	would	be	healthy	.
你	必须	是	干净的	如果	你	会	是	健康	.

要想保持健康，就必须保持清洁。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	92	]
[	页	-	]

[第92页]

[ðə; ði] ['kɪdniz] . — [ðə; ði] [swet] [glændz][duː; də][nɒt] [teɪk] [aʊt][ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [wʌn]['kwɔːtə(r)][æz; əz]

The	Kidneys	.	—	The	sweat	glands	do	not	take	out	of	the	blood	one	quarter	as
这	肾脏	.	—	这	汗	腺体	做	不是	拿	出去	的	这	血	一	四分之一	作为

[mʌtʃ] [weɪst] ['mætə(r)][æz; əz][ðə; ði] ['kɪdniz] .

much	waste	matter	as	the	kidneys	.
很多	浪费	事情	作为	这	肾脏	.

肾脏——汗腺从血液中清除的废物量不到肾脏的四分之一。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] ['bɒdɪz] [lɒŋgə(r)][ðæn; ðən][ðə; ði]['fɪŋgə(r)][ænd; ənd][mɔː(r)][ðæn; ðən] [twaɪs] [æz; əz]

These	are	two	bodies	longer	than	the	finger	and	more	than	twice	as
这些	是	二	身体	更长	比	这	手指	和	更多的	比	两次	作为

[waɪd] ,

wide	,
宽的	,

这两个物体比手指长，宽度是手指的两倍多。

[ænd; ənd] ['hævɪŋ] [ðə; ði] [ʃeɪp] [ɒv; əv][ə; eɪ] [biːn] .

and	having	the	shape	of	a	bean	.
和	拥有	这	形状	的	一个	豆	.

形状像豆子。

[wʌn] [laɪz] [ɒn] ['aɪðə(r)] [saɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bækbəʊn] [bɪ'ləʊ] [ðə; ði]['lɪvə(r)] .

One	lies	on	either	side	of	the	backbone	below	the	liver	.
一	谎言	在	任何一个	边	的	这	骨干	以下	这	肝	.

一条位于肝脏下方脊柱两侧。

[ðə; ði] [blʌd] ['kʌmɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] ['kɪdnɪz] [ɪz] [fʊl] [ɒv; əv] [weɪst] [ænd; ənd] [ded] ['mætə(r)] [pɪkt] [ʌp]

The	blood	coming	to	the	kidneys	is	full	of	waste	and	dead	matter	picked	up
这	血	未来	到	这	肾脏	是	满的	的	浪费	和	死的	事情	挑选	向上

[frɒm; frəm][ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

from	all	parts	of	the	body	.
从	全部	部分	的	这	身体	.

流向肾脏的血液中充满了从身体各个部位收集的废物和坏死物质。

[ðɪs] [ɪz] [pɑːst] [aʊt] [θruː] [ðə; ði] [θɪn] [wɔːlz] [ɒv; əv][ðə; ði] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv]['lɪt(ə)l] [blʌd] [tjuːbz] ['ɪntuː]

This	is	passed	out	through	the	thin	walls	of	the	thousands	of	little	blood	tubes	into
这	是	通过了	出去	通过	这	薄的	墙壁	的	这	数千	的	小的	血	管子	进入

[ðə; ði] ['meni] ['taɪni] [tjuːbz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['kɪdniz] .

the	many	tiny	tubes	of	the	kidneys	.
这	许多	微小的	管子	的	这	肾脏	.

这些血液通过数千条细小血管的薄壁进入肾脏的许多细小管道。

[fɪg] . - — [ðə; ði] [blʌd] [tjuːbz] [ɪn][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [skɪn] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][ðə; ði] [hed] [ɒv; əv][ə; eɪ]

Fig	.	49	—	The	blood	tubes	in	a	piece	of	skin	as	large	as	the	head	of	a
如图	.	-	—	这	血	管子	在	一个	片	的	皮肤	作为	大的	作为	这	头	的	一个

[pɪn] .

pin	.
别针	.

图 49 — 针头大小的皮肤中的血管。

['wɔːtə(r)][ɪz] [rɪ'kwaɪəd] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['bɒdi] [kliːn] [wɪ'ðɪn] [æz; əz] [wel] [æz; əz] [wɪ'ðaʊt] .

Water	is	required	to	keep	the	body	clean	within	as	well	as	without	.
水	是	必需的	到	保持	这	身体	干净的	之内	作为	出色地	作为	没有	.

水对于保持身体内外清洁都至关重要。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [drɪŋk] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] [kwɔːt] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] ['deɪli] .

For	this	reason	you	should	drink	more	than	a	quart	of	water	daily	.
为了	这	原因	你	应该	喝	更多的	比	一个	夸脱	的	水	日常的	.

因此，你每天应该喝超过一夸脱的水。

[ə; eɪ] [glɑːs] [ɔː(r)] [tuː] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] [drʌŋk] [ə; eɪ][hɑːf]['aʊə(r)] [bɪ'fɔː(r)] [miːlz] [klenz] [ænd; ənd] [rauz]

A	glass	or	two	of	water	drunk	a	half	hour	before	meals	cleanses	and	rouses
一个	玻璃	或者	二	的	水	醉	一个	一半	小时	前	餐	清洁	和	唤醒

[tuː; tə]['ækʃ(ə)n][ðə; ði][daɪ'dʒestɪv]['ɔːrgənz] .

to	action	the	digestive	organs	.
到	行动	这	消化	器官	.

饭前半小时喝一两杯水可以清洁肠道，并唤醒消化器官。

['ælkəhɒl][ænd; ənd][ðə; ði][skɪn] . — [ðə; ði][skɪn][ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [juːz] [mʌtʃ] [bɪə(r)][ɔː(r)] ['wɪski] ['ɒf(ə)n]

Alcohol	and	the	Skin	.	—	The	skin	of	those	who	use	much	beer	or	whisky	often
酒精	和	这	皮肤	.	—	这	皮肤	的	那些	WHO	使用	很多	啤酒	或者	威士忌酒	经常

[bɪ'kʌmz] [rʌf] ,

becomes	rough	,
变成	粗糙的	,

酒精与皮肤——经常饮用啤酒或威士忌的人，皮肤往往会变得粗糙。

[red] , [ænd; ənd] ['pɪmpli] .

red	,	and	pimply	.
红色的	,	和	满脸痘痘	.

皮肤发红，而且长满了痘痘。

['eni] [ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə]['ɪndʒə(r)][ðə; ði] [skɪn] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['hɪndə(r)] [gʊd]

Any	alcoholic	drink	is	likely	to	injure	the	skin	because	it	may	hinder	good
任何	酗酒者	喝	是	可能	到	损伤	这	皮肤	因为	它	可能	阻碍	好的

[daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] .

digestion	.
消化	.

任何酒精饮料都可能损伤皮肤，因为它会阻碍正常的消化功能。

[ðə; ði] ['drʌŋkəd] [hæz; həz][ə; eɪ] [red] [nəʊz] [ænd; ənd][ə; eɪ] [dɑːk] - ['kʌləd]

The	drunkard	has	a	red	nose	and	a	dark	-	colored
这	酒鬼	有	一个	红色的	鼻子	和	一个	黑暗的	-	有色

这个醉汉长着一个红鼻子和一条深色的.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	93	]
[	页	-	]

[第93页]

[skɪn] .

skin	.
皮肤	.

皮肤。

[ðɪs] [ɪz][bɪ'kəz; bɪ'kɒz]['ælkəhɒl] ['wiːkən] [ðə; ði] [wɔːlz] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [tjuːbz] [ænd; ənd] [lets] [ðem; ðəm]

This	is	because	alcohol	weakens	the	walls	of	the	blood	tubes	and	lets	them
这	是	因为	酒精	减弱	这	墙壁	的	这	血	管子	和	让我们	他们

[bɪ'kʌm] [gɔːdʒ] [wɪð] [blʌd] .

become	gorged	with	blood	.
变得	饱食	和	血	.

这是因为酒精会削弱血管壁，使血管内充满血液。

[ɪf] [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] [teɪks] [ə; eɪ] [drɪŋk] ['əʊnli] [wʌns] [ɪn][ə; eɪ] [waɪl] ,

If	a	person	takes	a	drink	only	once	in	a	while	,
如果	一个	人	需要	一个	喝	仅有的	一次	在	一个	尽管	,

如果一个人只是偶尔喝一次酒，

[hɪz; ɪz] [feɪs] [bɪ'kʌmz] [red] ['ɑːftə(r)] [iːtʃ] [drɪŋk] ,

his	face	becomes	red	after	each	drink	,
他的	脸	变成	红色的	后	每个	喝	,

他每喝一杯酒后脸都会变红。

[ænd; ənd][æn; ən]['aʊə(r)][ɔː(r)] [tuː] ['leɪtə(r)][ðə; ði] [ɪ'fekt] [ɒv; əv][ðə; ði]['ælkəhɒl] ['pɑːsɪz] [ɒf] .

and	an	hour	or	two	later	the	effect	of	the	alcohol	passes	off	.
和	一个	小时	或者	二	之后	这	影响	的	这	酒精	通过	离开	.

一两个小时后，酒精的作用就会消失。

[ðə; ði] [blʌd] [tjuːbz] [hæv; həv] [skwiːzd] [ʌp] [tuː; tə][ðeə(r)]['nætʃ(ə)rəl] [saɪz] .

The	blood	tubes	have	squeezed	up	to	their	natural	size	.
这	血	管子	有	挤压	向上	到	他们的	自然的	尺寸	.

血管已经膨胀到正常大小。

['ælkəhɒl] [ænd; ənd][ðə; ði] ['kɪdniz] . — ['teɪkɪŋ] ['sevrəl] ['glɑːsɪz] ['deɪli] [ɒv; əv]['iːv(ə)n] [sʌtʃ] [wiːk]

Alcohol	and	the	Kidneys	.	—	Taking	several	glasses	daily	of	even	such	weak
酒精	和	这	肾脏	.	—	采取	一些	眼镜	日常的	的	甚至	这样的	虚弱的

[ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] [æz; əz][bɪə(r)]['ɒf(ə)n] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] ['kɪdniz] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [sɪk] .

alcoholic	drink	as	beer	often	causes	the	kidneys	to	become	sick	.
酗酒者	喝	作为	啤酒	经常	原因	这	肾脏	到	变得	生病的	.

酒精与肾脏——即使是像啤酒这样酒精度数较低的酒精饮料，每天喝几杯也常常会导致肾脏疾病。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðeə(r)] ['wɜːkɪŋ] [pɑːts] [bɪ'kʌm] [tʃeɪndʒd] [tuː; tə][fæt][ænd; ənd][sʌm; səm] [pɑːts] [bɪ'kʌm]

Some	of	their	working	parts	become	changed	to	fat	and	some	parts	become
一些	的	他们的	在职的	部分	变得	已更改	到	胖的	和	一些	部分	变得

[hɑːd] .

hard	.
难的	.

它们的一些功能器官会变成脂肪，而另一些器官则会变硬。

[ðə; ði] [selz] [wɪtʃ] [let][ðə; ði] [weɪst] ['mætə(r)][pɑːs] [aʊt][ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [get] [hɜːt] [baɪ][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n]

The	cells	which	let	the	waste	matter	pass	out	of	the	blood	get	hurt	by	the	poison
这	细胞	哪个	让	这	浪费	事情	经过	出去	的	这	血	得到	伤害	经过	这	毒

[ɒv; əv][ðə; ði]['ælkəhɒl][səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [let][sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] ['ɔːlsəʊ][pɑːs] [aʊt][ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd]

of	the	alcohol	so	that	they	let	some	of	the	food	also	pass	out	of	the	blood
的	这	酒精	所以	那	他们	让	一些	的	这	食物	还	经过	出去	的	这	血

.

:
.

酒精中的毒素会损害血液中负责排出废物的细胞，导致部分营养物质也从血液中排出。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[neɪm] [ðə; ði] [tuː] [pɑːts][ɒv; əv][ðə; ði][skɪn] . [ˌtuː'tuː] .

Name	the	two	parts	of	the	skin	.	2	.
姓名	这	二	部分	的	这	皮肤	.	2	.

1. 请说出皮肤的两个组成部分。

[gɪv] [ðə; ði] [θriː] ['juːzɪz; 'juːsɪz][ɒv; əv][ðə; ði][skɪn] . [θriː] .

Give	the	three	uses	of	the	skin	.	3	.
给	这	三	用途	的	这	皮肤	.	3	.

列举皮肤的三种用途。3.

[wɒt] [ɪz][ə; eɪ] [swet] [glænd] ?

What	is	a	sweat	gland	?
什么	是	一个	汗	腺	?

什么是汗腺?

[fɔːr] . [haʊ] [mʌtʃ] [swet] [ɪz] [fɔːmd] ['deɪli] ? [faɪv] .

4	.	How	much	sweat	is	formed	daily	?	5	.
4	.	如何	很多	汗	是	形成	日常的	?	5	.

4. 每天产生多少汗液？5.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz][ɪz][ðə; ði] [swet] ? [sɪks] .

Of	what	use	is	the	sweat	?	6	.
的	什么	使用	是	这	汗	?	6	.

汗水有什么用呢？6.

[haʊ] [ʃʊd; ʃəd][ðə; ði][neɪlz][biː; bi] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)] ? ['sɛvən] .

How	should	the	nails	be	cared	for	?	7	.
如何	应该	这	指甲	是	关心	为了	?	7	.

指甲应该如何护理？7.

[tel] [wɒt] [keə(r)] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['gɪv(ə)n][ðə; ði][heə(r)] . [eit] .

Tell	what	care	should	be	given	the	hair	.	8	.
告诉	什么	关心	应该	是	给定	这	头发	.	8	.

告诉大家应该如何护理头发。8.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd][juː; jʊ][nɒt][juːz] [ə'nʌðə(r)] ['pɜːrsənz][heə(r)] [brʌʃ] ? [naɪn] .

Why	should	you	not	use	another	person's	hair	brush	?	9	.
为什么	应该	你	不是	使用	其他	人的	头发	刷子	?	9	.

为什么不应该使用别人的梳子？9.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] [skɪn] [biː; bi] [wɒʃt] ['ɒf(ə)n] ? - .

Why	should	the	skin	be	washed	often	?	10	.
为什么	应该	这	皮肤	是	洗过	经常	?	-	.

为什么皮肤应该经常清洗? 10.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz] [ɪz] [ə; eɪ] [kəʊld] [bæθ.bɑːθ] ? - .

Of	what	use	is	a	cold	bath	?	11	.
的	什么	使用	是	一个	寒冷的	洗澡	?	-	.

冷水浴有什么用? 11.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [ðə; ði] [hændz] [biː; bi] [wel] [wɒʃt] [bɪ'fɔː(r)] ['hændlɪŋ]

Why	should	the	hands	be	well	washed	before	handling
为什么	应该	这	双手	是	出色地	洗过	前	处理

为什么处理物品前要彻底洗手?

[fuːd] ? - .

food	?	12	.
食物	?	-	.

食物? 12.

[waɪ] [dʌz] [ðə; ði] ['drʌŋkəd] [hæv; həv] [ə; eɪ] [red] [nəʊz] ?

Why	does	the	drunkard	have	a	red	nose	?
为什么	做	这	酒鬼	有	一个	红色的	鼻子	?

为什么醉汉的鼻子是红的?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	94	]
[	页	-	]

[第94页]

['tʃæptə(r)] [ˌɛksˌaɪ'aɪ'aɪ]

CHAPTER	XIII
章	十三

第十三章

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第4/8页

['kləʊðɪŋ] [ænd; ənd] [haʊ] [tuː; tə] [juːz] [ˌaɪ 'tiː]
CLOTHING AND HOW TO USE IT
衣服 和 如何 到 使用 它

服装及其使用方法

[kaɪndz] [ɒv; əv] ['kləʊðɪŋ] . — ['piːp(ə)l] [ɑː(r); ə(r)] [bɪ'gɪnɪŋ] [tuː; tə] [lɜːn] [ðæt] [ðə; ðɪ] ['weərɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ]
Kinds of Clothing . — People are beginning to learn that the wearing of the
种类 的 衣服 . — 人们 是 开始 到 学习 那 这 穿着 的 这

[raɪt] [kaɪnd] [ɒv; əv] ['kləʊðɪŋ] [hæz; həz] [mʌtʃ] [tuː; tə] [duː; də] [wɪð] ['kiːpɪŋ] [ðem; ðəm] [wel] .
right kind of clothing has much to do with keeping them well .
正确的 种类 的 衣服 有 很多 到 做 和 保持 他们 出色地 .

服装种类——人们开始意识到，穿着合适的衣服与保持健康息息相关。

['meni] [p'ɜːsənz] [weə(r)] [tuː] ['hevi] ['kləʊðɪŋ] [ɪn] ['wɪntə(r)] .
Many persons wear too heavy clothing in winter .
许多 人 穿 也 重的 衣服 在 冬天 .

很多人冬天穿的衣服太厚重。

['kiːpɪŋ] [ðə; ðɪ] ['bɒdi] [tuː] [hɒt] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [wiːk] .
Keeping the body too hot makes it weak .
保持 这 身体 也 热的 制作 它 虚弱的 .

身体温度过高会导致身体虚弱。

[sʌm; səm] [kaɪndz] [ɒv; əv] ['kləʊðɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [mʌtʃ] ['wɔːmə(r)] [ðæn; ðən] ['ʌðə(r)z] .
Some kinds of clothing are much warmer than others .
一些 种类 的 衣服 是 很多 更温暖 比 其他的 .

有些衣服比其他衣服保暖得多。

[sʌm; səm] [ɑː(r); ə(r)] [ɪk'spensɪv] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)z] [ɑː(r); ə(r)] [tʃiːp] .
Some are expensive and others are cheap .
一些 是 昂贵的 和 其他的 是 便宜的 .

有些很贵，有些很便宜。

[tʃiːp] [kləʊðz] [wɪl] ['ɒf(ə)n] [sɜːv] [ðə; ðɪ] [seɪm] ['pɜːpəs] [æz; əz] [ðə; ðɪ] [mɔː(r)] ['kɒstli] [wʌnz] .
Cheap clothes will often serve the same purpose as the more costly ones .
便宜的 衣服 将要 经常 服务 这 相同的 目的 作为 这 更多的 昂贵 一个 .

廉价服装往往与价格更高的服装具有相同的用途。

[ɪf] [juː; jʊ] [lʊk] [æt; ət] [jɔː(r); jə(r)] ['hæŋkətʃɪf] [ɔː(r)] [s'tɒkɪŋz] ,
If you look at your handkerchief or stockings ,
如果 你 看 在 你的 手帕 或者 长筒袜 ,

如果你看看你的手帕或长袜，

[juː; jʊ] [wɪl] [siː] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [ɒv; əv] [θredz] ['rʌnɪŋ] ['krɒswaɪz] [tuː; tə] [iːtʃ] ['ʌðə(r)] .
you will see that they are made of threads running crosswise to each other .
你 将要 看 那 他们 是 制成 的 线程 跑步 横向 到 每个 其他 .

你会看到它们是由相互交叉的线组成的。

[ɔːl] ['kləʊðɪŋ] [ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm] [θredz] .
All clothing is made from threads .
全部 衣服 是 制成 从 线程 .

所有衣服都是用线织成的。

[sʌm; səm][ɒv; əv] [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [wʊl] , [sʌm; səm][ɑː(r); ə(r)] ['lɪnɪn] , [ə; eɪ] [fjuː] [ɑː(r); ə(r)] [sɪlk] , [ænd; ənd]

Some	of	these	are	wool	,	some	are	linen	,	a	few	are	silk	,	and
一些	的	这些	是	羊毛	,	一些	是	亚麻布	,	一个	很少	是	丝绸	,	和

['meni] [ɑː(r); ə(r)] ['kɒtn] .

many	are	cotton	.
许多	是	棉布	.

其中一些是羊毛的，一些是亚麻的，少数是丝绸的，还有很多是棉布的。

['wʊlən] ['kləʊðɪŋ] . — ['wʊlən] ['kləʊðɪŋ] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['əʊvəkəʊt] [ænd; ənd] [faɪn] [klɒθ] [dresɪz]

Woolen	Clothing	.	—	Woolen	clothing	,	such	as	overcoats	and	fine	cloth	dresses
羊毛	衣服	.	—	羊毛	衣服	,	这样的	作为	大衣	和	美好的	布	连衣裙

[ænd; ənd] [suːts] ,

and	suits	,
和	西装	,

羊毛服装——羊毛服装，例如大衣、精纺连衣裙和套装等。

[ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [wʊl] [kʌt] [frɒm; frəm] [ʃiːp] .

is	made	from	the	wool	cut	from	sheep	.
是	制成	从	这	羊毛	切	从	羊	.

它是用绵羊剪下的羊毛制成的。

[ɪ'nʌf] [wʊl] [kæn; kən][biː; bi] [ʃɪəd] [frɒm; frəm] [tuː] [ʃiːp] [ɪn][wʌn] [jɪə(r)] [tuː; tə] [meɪk] [æn; ən]

Enough	wool	can	be	sheared	from	two	sheep	in	one	year	to	make	an
足够的	羊毛	能	是	剪切	从	二	羊	在	一	年	到	制作	一个

[ɪn'taɪə(r)] [suːt] [ɒv; əv] [kləʊðz] .

entire	suit	of	clothes	.
全部的	套装	的	衣服	.

两只羊一年剪下的羊毛足够做一套完整的衣服。

[ðə; ði] [rɔː] [wʊl] [ɪz] [fɜːst] ['twɪstɪd] ['ɪntuː] [θredz] [ænd; ənd] [ðen] ['wəʊv(ə)n] [baɪ] [mə'ʃiːnz] ['ɪntuː] [klɒθ] .

The	raw	wool	is	first	twisted	into	threads	and	then	woven	by	machines	into	cloth	.
这	生的	羊毛	是	第一的	扭曲	进入	线程	和	然后	编织	经过	机器	进入	布	.

原毛先被捻成线，然后用机器织成布。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [æt; ət][ðə; ði] [left] [ɪz] [ə; eɪ] [bʌntʃ] [ɒv; əv] [flæks] ['gæðəd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [fiːld] ,

50	—	At	the	left	is	a	bunch	of	flax	gathered	from	the	field	,
-	—	在	这	左边	是	一个	束	的	亚麻	聚集	从	这	场地	,

50——左边是一捆从田里收割的亚麻，

[ænd; ənd][ɒn][ðə; ði] [raɪt] [ɪz][ə; eɪ] [spuːl] [ɒv; əv] [θred] [meɪd] [frɒm; frəm][ðə; ði][flæks][ænd; ənd] ['redi]

and	on	the	right	is	a	spool	of	thread	made	from	the	flax	and	ready
和	在	这	正确的	是	一个	线轴	的	线	制成	从	这	亚麻	和	准备好

[tuː; tə][biː; bi]['wəʊv(ə)n]['ɪntuː] ['lɪnɪn] .

to	be	woven	into	linen	.
到	是	编织	进入	亚麻布	.

右边是一卷用亚麻制成的线，准备织成亚麻布。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	95	]
[	页	-	]

[第95页]

['lɪnɪn] . — ['lɪnɪn] [ɪz] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] ['kɒləz] , [kʌfs] , [ænd; ənd] [h'ændkətʃˌiːfs] .

Linen	.	—	Linen	is	used	in	making	collars	,	cuffs	,	and	handkerchiefs	.
亚麻布	.	—	亚麻布	是	用过的	在	制作	项圈	,	袖口	,	和	手帕	.

亚麻布——亚麻布用于制作衣领、袖口和手帕。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm] [faɪn] [θredz] ['teɪkən][frɒm; frəm][ðə; ði][flæks][plɑːnt] .

It	is	made	from	fine	threads	taken	from	the	flax	plant	.
它	是	制成	从	美好的	线程	已采取	从	这	亚麻	植物	.

它由取自亚麻植物的细丝制成。

[ɒn] [ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [graʊnd] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][ə; eɪ]['skuːlruːm; 'skuːlrʊm] [ɪ'nʌf] [flæks][kæn; kən][biː; bi]

On	a	piece	of	ground	as	large	as	a	schoolroom	enough	flax	can	be
在	一个	片	的	地面	作为	大的	作为	一个	教室	足够的	亚麻	能	是

[reɪzd] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][hɑːf]['dʌz(ə)n] ['kɒləz] .

raised	to	make	a	half	dozen	collars	.
提高	到	制作	一个	一半	打	项圈	.

一块教室大小的土地上，可以种植足够的亚麻来制作六个衣领。

['gɑːmənts] [tuː; tə][biː; bi] [wɔːn] [ɪn] [wɔːm] ['weðə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['sʌmtaɪmz] [meɪd] [ɒv; əv] ['lɪnɪn] .

Garments	to	be	worn	in	warm	weather	are	sometimes	made	of	linen	.
服装	到	是	磨损	在	温暖的	天气	是	有时	制成	的	亚麻布	.

温暖天气里穿的衣服有时是用亚麻布做的。

[sɪlk] . — [sɪlk] [ɪz] [juːst] [ɪn] ['meɪkɪŋ] ['nekˌtaɪz] , [glʌvz] , ['rɪbənz] , [ænd; ənd] [dresɪz] .

Silk	.	—	Silk	is	used	in	making	neckties	,	gloves	,	ribbons	,	and	dresses	.
丝绸	.	—	丝绸	是	用过的	在	制作	领带	,	手套	,	丝带	,	和	连衣裙	.

丝绸——丝绸用于制作领带、手套、丝带和连衣裙。

[sɪlk] [klɒθ] [ɪz]['wəʊv(ə)n][frɒm; frəm][ðə; ði] [kə'kuːnz] [meɪd] [baɪ] ['sɪlkwɜːm] .

Silk	cloth	is	woven	from	the	cocoons	made	by	silkworms	.
丝绸	布	是	编织	从	这	茧	制成	经过	蚕	.

丝绸是由蚕茧织成的。

[ə; eɪ] ['sɪlkwɜːm] [ɪz] [ə'baʊt] [æz; əz][bɪg][æz; əz][jɔː(r); jə(r)] ['lɑːdʒɪst]

A	silkworm	is	about	as	big	as	your	largest
一个	蚕	是	关于	作为	大的	作为	你的	最大

蚕的体型和你最大的……差不多。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	96	]
[	页	-	]

[第96页]

['fɪŋgə(r)] .

finger	.
手指	.

手指。

[ˌaɪ 'tiː] [grəuz] [tuː; tə] [ðɪs] [saɪz][frɒm; frəm][ðə; ði] [eg] [ɪn][wʌn] [mʌnθ] .

It	grows	to	this	size	from	the	egg	in	one	month	.
它	生长	到	这	尺寸	从	这	蛋	在	一	月	.

它从卵到这个大小只需要一个月。

[ɪn] [θriː] [ɔː(r)][fɔː(r)] [deɪz] [ˌaɪ 'tiː] [spɪnz] [ə; eɪ] [ʃel] [ɒv; əv] [sɪlk] [θred] [kəm'pliːtli] [sə'raʊndɪŋ] [ɪt'self] .

In	three	or	four	days	it	spins	a	shell	of	silk	thread	completely	surrounding	itself	.
在	三	或者	四	天	它	旋转	一个	壳	的	丝绸	线	完全地	周围	本身	.

三四天后，它会吐丝形成一个完全包裹住自己的外壳。

[ðɪs] [ʃel] [ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ] [kə'kuːn] .

This	shell	is	called	a	cocoon	.
这	壳	是	称为	一个	茧	.

这个壳叫做茧。

[wɪ'ðɪn] [ðɪs] [ˌaɪ 'tiː] ['tʃeɪndʒɪz] [tuː; tə][ə; eɪ] [mɒθ] .

Within	this	it	changes	to	a	moth	.
之内	这	它	变化	到	一个	蛾	.

在其中它变成了一只蛾。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv] ['sɪlkwɜːm] ['tʃeɪndʒɪŋ] ['mʌlbəri] [liːvz] ['ɪntuː] [sɪlk] .
51 — Photograph of silkworms changing mulberry leaves into silk .
- — 照片 的 蚕 变化 桑 树叶 进入 丝绸 .

51 —蚕将桑叶变成丝的照片。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðiːz] ['faɪbərz][frɒm; frəm][ðə; ði][lɪnt] [ə'baʊt][ðə; ði] [siːd] [ɒv; əv] ['kɒtn] [ɑː(r); ə(r)]['wəʊv(ə)n]['ɪntuː]
52 — These fibers from the lint about the seed of cotton are woven into
- — 这些 纤维 从 这 皮棉 关于 这 种子 的 棉布 是 编织 进入
['kɒtn] [klɒθ] .
cotton cloth .
棉布 布 .

52 —棉花种子周围的绒毛纤维被织成棉布。

[wen] [ðə; ði] [kə'kuːnz] [ɑː(r); ə(r)][tuː; tə][biː; bi] [juːst] [fɔː(r); fə(r)] [sɪlk] ,
When the cocoons are to be used for silk ,
什么时候 这 茧 是 到 是 用过的 为了 丝绸 ,

当蚕茧要用来产丝时，

[ðə; ði] [wɜːm] [ɪz] [kɪld] [baɪ] [hiːt] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz]['wəʊv(ə)n][ɪts] [həʊm] [səʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː]
the worm is killed by heat as soon as it has woven its home so that it
这 蠕虫 是 被杀 经过 热 作为 很快 作为 它 有 编织 它是 家 所以 那 它
[meɪ] [nɒt] [tʃeɪndʒ] [tuː; tə][ə; eɪ] [mɒθ] [ænd; ənd] [iːt] [ɒf] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði][sɪlk][ɪn] ['getɪŋ] [aʊt] .
may not change to a moth and eat off some of the silk in getting out .
可能 不是 改变 到 一个 蛾 和 吃 离开 一些 的 这 丝绸 在 获得 出去 .

蠕虫织好巢穴后，立即用高温杀死它，以免它变成飞蛾，在逃出巢穴的过程中吃掉一些丝。

['meni] ['θaʊz(ə)nd] [wərmz] [ɑː(r); ə(r)] ['niːdɪd] [tuː; tə][get] [ɪ'nʌf] [sɪlk][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [dres] .
Many thousand worms are needed to get enough silk for a dress .
许多 千 蠕虫 是 需要 到 得到 足够的 丝绸 为了 一个 裙子 .

要获得足够制作一件衣服的丝绸，需要成千上万条蚕。

[ðə; ði] [wərmz] [ɑː(r); ə(r)] [reɪzd] ['lɑːdʒli] [ɪn]['tʃaɪnə] , [dʒə'pæn] , ['ɪtəli] , [ænd; ənd] [frɑːns] .
The worms are raised largely in China , Japan , Italy , and France .
这 蠕虫 是 提高 很大程度上 在 中国 , 日本 , 意大利 , 和 法国 .

这些蠕虫主要在中国、日本、意大利和法国养殖。

['kɒtn] . — [ɔːl]['kælɪkəʊ] , ['mʌzlɪn] , [ænd; ənd][məʊst] [tʃiːp] ['kləʊðɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [frɒm; frəm] ['kɒtn]
Cotton . — All calico , muslin , and most cheap clothing are made from cotton
棉布 . — 全部 印花布 , 细棉布 , 和 最多 便宜的 衣服 是 制成 从 棉布
[θred] .
thread .
线 .

棉布——所有印花棉布、细棉布和大多数廉价服装都是用棉线制成的。

[ðɪs] [ɪz] [meɪd] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['kɒtn] ['faɪbərz] [sə'raʊndɪŋ] [ðə; ði] [siːdz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['kɒtn] [plɑːnt] (
This is made from the cotton fibers surrounding the seeds of the cotton plant (
这 是 制成 从 这 棉布 纤维 周围 这 种子 的 这 棉布 植物 (
[fɪg] . -) .
Fig . 52) .
如图 . -) .

这是由棉花植物种子周围的棉纤维制成的（图 52）。

[ðə; ði] ['kɒtn] [juːst] [ɪn] [ðɪs] ['kʌntri] [ɪz] [reɪzd] [ɪn][ðə; ði] ['sʌðən] [steɪts] .

The	cotton	used	in	this	country	is	raised	in	the	Southern	states	.
这	棉布	用过的	在	这	国家	是	提高	在	这	南方	各州	.

这个国家使用的棉花产自南部各州。

['kɒtn] ['kləʊðɪŋ] [ɪz][strɒŋgə(r)][ænd; ənd] [weəz] [mʌtʃ] [lɒŋgə(r)][ðæn; ðən][sɪlk][ɔː(r)] [wʊl] ,

Cotton	clothing	is	stronger	and	wears	much	longer	than	silk	or	wool	,
棉布	衣服	是	更强	和	穿着	很多	更长	比	丝绸	或者	羊毛	,

棉质衣物比丝绸或羊毛衣物更结实耐穿。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt] [lʊk] [səʊ] [wel] [ænd; ənd][ɪz][nɒt] ['nɪəli] [səʊ] [wɔːm] .

but	it	does	not	look	so	well	and	is	not	nearly	so	warm	.
但	它	做	不是	看	所以	出色地	和	是	不是	几乎	所以	温暖的	.

但它看起来不太好，而且也远没有那么暖和。

[ðə; ði][juːz][ɒv; əv] [ræps] [ænd; ənd] ['əʊvəkəʊt] . — ['aʊtə(r)] [ræps] [ænd; ənd] ['əʊvəkəʊt] [ʃʊd; ʃəd]['nevə(r)]

The	Use	of	Wraps	and	Overcoats	.	—	Outer	wraps	and	overcoats	should	never
这	使用	的	卷饼	和	大衣	.	—	外	卷饼	和	大衣	应该	绝不

[biː; bi] [wɔːn] [ɪn][ə; eɪ] [wɔːm] [ruːm]

be	worn	in	a	warm	room
是	磨损	在	一个	温暖的	房间

披肩和外套的使用——在温暖的房间里，绝对不能穿外层披肩和外套。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	97	]
[	页	-	]

[第97页]

[ɔː(r)] [waɪl] ['wɜːkɪŋ] [hɑːd] .

or	while	working	hard	.
或者	尽管	在职的	难的	.

或者在努力工作的时候。

[ðeɪ] [kɔːz] [mʌtʃ] [swet] [tuː; tə] [fɔːm] [ɒn][ðə; ði] ['bɒdi] ,

They	cause	much	sweat	to	form	on	the	body	,
他们	原因	很多	汗	到	形式	在	这	身体	,

它们会导致身体大量出汗。

[ænd; ənd][æz; əz] [suːn] [æz; əz][wʌn] [gəʊz] [aʊt] [ɒv; əv] [dɔːz] [ðə; ði] [swet] [brˈgɪnz] [tuː; tə] [pɑːs] [pf] .

and	as	soon	as	one	goes	out	of	doors	the	sweat	begins	to	pass	off	.
和	作为	很快	作为	一	去	出去	的	门	这	汗	开始	到	经过	离开	.

一旦走到户外，汗水就开始消散了。

[ðɪs] [meɪks] [ðə; ði] ['bɒdi] [fiːl] [kəʊld][ænd; ənd][ɪn][sʌm; səm][keɪsɪz] [liːdz] [tuː; tə][ə; eɪ] [lɒŋ] ['sɪknəs] .

This	makes	the	body	feel	cold	and	in	some	cases	leads	to	a	long	sickness	.
这	制作	这	身体	感觉	寒冷的	和	在	一些	案例	线索	到	一个	长的	疾病	.

这会使身体感到寒冷，在某些情况下还会导致长期疾病。

[wen] ['raɪdɪŋ][ɪn][kəʊld] ['weðə(r)] , ['ekstrə] [ræps] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [wɔːn] .

When	riding	in	cold	weather	,	extra	wraps	should	be	worn	.
什么时候	骑术	在	寒冷的	天气	,	额外的	卷饼	应该	是	磨损	.

寒冷天气骑行时，应佩戴额外的保暖衣物。

[skˈɑːfs] [ænd; ənd][fɜːrz] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt][biː; bi] [wɔːn] [əˈbaʊt][ðə; ði] [θrəʊt] [ɪkˈsept] [ɪn] [ɪkˈstriːm] [kəʊld] ['weðə(r)]

Scarfs	and	furs	should	not	be	worn	about	the	throat	except	in	extreme	cold	weather
围巾	和	毛皮	应该	不是	是	磨损	关于	这	喉	除了	在	极端	寒冷的	天气

.

:

.

除非在极寒天气，否则不应将围巾和皮草佩戴在脖子上。

['bʌndlɪŋ] [ʌp] [ðə; ði] [nek] [ænd; ənd] [tʃɪn] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [sɔː(r)] [θrəʊt] .

Bundling	**up**	**the**	**neck**	**and**	**chin**	**is**	**likely**	**to**	**cause**	**sore**	**throat**	**.**
捆绑	向上	这	脖子	和	下巴	是	可能	到	原因	疮	喉	.

把脖子和下巴裹起来可能会导致喉咙痛。

['deɪndʒə(r)] [frɒm; frəm] [wet] ['kləʊðɪŋ] . — ['meni] ['tʃɪldrən] [hæv; həv] [kɔːt] [sɪ'vɪə(r)] [k'əʊldz] ['liːdɪŋ] [tuː; tə]

Danger	**from**	**Wet**	**Clothing**	**.**	**—**	**Many**	**children**	**have**	**caught**	**severe**	**colds**	**leading**	**to**
危险	从	湿的	衣服	.	—	许多	孩子们	有	捕捉	严重	感冒	领导	到

['sɪəriəs] ['sɪknəs] [baɪ] ['weərɪŋ] [wet] [ɔː(r)] [dæmp] ['kləʊðɪŋ] .

serious	**sickness**	**by**	**wearing**	**wet**	**or**	**damp**	**clothing**	**.**
严肃的	疾病	经过	穿着	湿的	或者	潮湿	衣服	.

潮湿衣物带来的危险——许多儿童因穿着潮湿或沾水的衣物而患上重感冒，进而引发严重疾病。

[wet] ['kləʊðɪŋ] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [hiːt] [tuː; tə] [pɑːs] [ɒf] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['bɒdi] ['kwɪkli] ,

Wet	**clothing**	**causes**	**the**	**heat**	**to**	**pass**	**off**	**from**	**the**	**body**	**quickly**	**,**
湿的	衣服	原因	这	热	到	经过	离开	从	这	身体	迅速地	,

湿衣服会导致身体热量迅速散失。

[səʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [tʃɪld] [bɪ'fɔː(r)] [wiː; wi] [nəʊ] [ˌaɪ 'tiː] .

so	**that**	**it**	**is**	**chilled**	**before**	**we**	**know**	**it**	**.**
所以	那	它	是	冷藏	前	我们	知道	它	.

所以没过多久它就凉了。

[ðɪs] [meɪ] [biː; bi] [ʃəʊn] [baɪ] ['ræpɪŋ] [tuː] ['bɔtlz] [ɒv; əv] [wɔːm] ['wɔːtə(r)] [ɪn] [klɒθs] .

This	**may**	**be**	**shown**	**by**	**wrapping**	**two**	**bottles**	**of**	**warm**	**water**	**in**	**cloths**	**.**
这	可能	是	所示	经过	包装	二	瓶子	的	温暖的	水	在	布料	.

这可以通过用布包裹两瓶温水来演示。

[wet] [wʌn] [klɒθ] [ænd; ənd] [let] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [rɪ'meɪn] [draɪ] .

Wet	**one**	**cloth**	**and**	**let**	**the**	**other**	**remain**	**dry**	**.**
湿的	一	布	和	让	这	其他	保持	干燥	.

将一块布弄湿，另一块保持干燥。

[ɪn] ['twenti] ['mɪnɪts] [ðə; ði] ['bɒt(ə)l] [wɪð] [ðə; ði] [wet] [klɒθ] [wɪl] [biː; bi] [kuːl] ,

In	**twenty**	**minutes**	**the**	**bottle**	**with**	**the**	**wet**	**cloth**	**will**	**be**	**cool**	**,**
在	二十	分钟	这	瓶子	和	这	湿的	布	将要	是	凉爽的	,

二十分钟后，装有湿布的瓶子就会凉了。

[bʌt; bət] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [wʌn] [wɪl] [stɪl] [biː; bi] [wɔːm] .

but	**the**	**other**	**one**	**will**	**still**	**be**	**warm**	**.**
但	这	其他	一	将要	仍然	是	温暖的	.

但另一只仍然会是暖和的。

[ɪf] [jɔː(r); jə(r)] [wet] ['kləʊðɪŋ] ['kænɒt] [biː; bi] [tʃeɪndʒd] [æt; ət] [wʌns] ,

If	**your**	**wet**	**clothing**	**cannot**	**be**	**changed**	**at**	**once**	**,**
如果	你的	湿的	衣服	不能	是	已更改	在	一次	,

如果你的湿衣服不能立即更换，

[kiːp] ['eksəsaɪzɪŋ] [ɔː(r)] [θrəʊ] [ə; eɪ] ['hevi] [kəʊt] [ə'baʊt] [juː; jʊ] .

keep	**exercising**	**or**	**throw**	**a**	**heavy**	**coat**	**about**	**you**	**.**
保持	锻炼	或者	扔	一个	重的	外套	关于	你	.

坚持锻炼或者披上一件厚外套。

[ʌn'taɪdi] [ænd; ənd] [sɔɪld] ['kləʊðɪŋ] . — [ɔːl] [bɔɪz] [ænd; ənd] [gɜːlz] [ʃʊd; ʃəd] [lɜːn] [tuː; tə] [kiːp] [ðeə(r)]

Untidy	**and**	**Soiled**	**Clothing**	**.**	**—**	**All**	**boys**	**and**	**girls**	**should**	**learn**	**to**	**keep**	**their**
凌乱	和	脏的	衣服	.	—	全部	男孩们	和	女孩们	应该	学习	到	保持	他们的

['kləʊðɪŋ] [æz; əz] [kliːn] [æz; əz] ['pɒsəb(ə)l] .

clothing	**as**	**clean**	**as**	**possible**	**.**
衣服	作为	干净的	作为	可能的	.

不整洁、脏污的衣物——所有男孩女孩都应该学会保持衣物尽可能干净。

[duː; də] [nɒt] [waɪp] [ðə; ði] [hændz] [ɒn] [ðə; ði] ['kləʊðɪŋ] , [ɔː(r)] [sɪt] [daʊn] [ɪn] [ðə; ði] [dɜːt] ,

Do	**not**	**wipe**	**the**	**hands**	**on**	**the**	**clothing**	**,**	**or**	**sit**	**down**	**in**	**the**	**dirt**	**,**
做	不是	擦拭	这	双手	在	这	衣服	,	或者	坐	向下	在	这	污垢	,

不要用衣服擦手，也不要坐在泥土里。

[ɔː(r)] [let] [fuːd] [smɪə(r)] [ðə; ði] [frʌnt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [kəʊt] [ɔː(r)] [dres] .

or	**let**	**food**	**smear**	**the**	**front**	**of**	**the**	**coat**	**or**	**dress**	**.**
或者	让	食物	涂抹	这	正面	的	这	外套	或者	裙子	.

或者让食物沾到外套或裙子的前面。

[ðə; ði] [swet] [ɪz] ['kɒnstəntli] ['brɪŋɪŋ] [weɪst] ['mætə(r)] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] .

The	**sweat**	**is**	**constantly**	**bringing**	**waste**	**matter**	**out**	**of**	**the**	**body**	**.**
这	汗	是	不断地	带来	浪费	事情	出去	的	这	身体	.

汗液不断地将体内废物排出体外。

[ðɪs] [sɔɪlz] [ðə; ði] ['kləʊðɪŋ] [nekst] [tuː; tə] [ˌaɪ 'tiː] .

This	**soils**	**the**	**clothing**	**next**	**to**	**it**	**.**
这	土壤	这	衣服	下一个	到	它	.

这会弄脏旁边的衣服。

[ɒn]

On
在

在

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**98**	**]**
[	页	-	]

[第98页]

[ðɪs] [ə'kaʊnt] ['kləʊðɪŋ] [tuː; tə] [biː; bi] [wɒʃt] ['evri] [wiːk] [ɔː(r)] ['ɒf(tə)n] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɔːn] [nekst]

this	**account**	**clothing**	**to**	**be**	**washed**	**every**	**week**	**or**	**oftener**	**should**	**be**	**worn**	**next**
这	帐户	衣服	到	是	洗过	每一个	星期	或者	更频繁	应该	是	磨损	下一个

[tuː; tə] [ðə; ði] [skɪn] .

to	**the**	**skin**	**.**
到	这	皮肤	.

根据此说明，需要每周或更频繁清洗的衣物应贴身穿着。

['veri] [θɪn] ['kɒtn] ['ʌndəˌkləʊðɪŋ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɔːn] [ɪn] ['sʌmə(r)] .

Very	**thin**	**cotton**	**underclothing**	**should**	**be**	**worn**	**in**	**summer**	**.**
非常	薄的	棉布	内衣	应该	是	磨损	在	夏天	.

夏天应该穿非常薄的棉质内衣。

['wʊlən] [kləʊðz] [gɪv] [mɔː(r)] [wɔːmθ] [fɔː(r); fə(r)] ['wɪntə(r)] .

Woolen	**clothes**	**give**	**more**	**warmth**	**for**	**winter**	**.**
羊毛	衣服	给	更多的	温暖	为了	冬天	.

羊毛衣物在冬天更保暖。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — ['ʃəʊɪŋ] [haʊ] [tuː; tə] [prɪ'vent] [ðə; ði] [ʃuː] [frɒm; frəm] ['presɪŋ] [ɒn] [kɔːnz] [kɔːzd] [baɪ] ['weərɪŋ]

53	**—**	**Showing**	**how**	**to**	**prevent**	**the**	**shoe**	**from**	**pressing**	**on**	**corns**	**caused**	**by**	**wearing**
-	—	显示	如何	到	防止	这	鞋	从	紧迫	在	玉米	导致	经过	穿着

[taɪt] ['ʃuːz] [ɔː(r)] [sɒks] ['rʌfli] [dɑːnd] .

tight	**shoes**	**or**	**socks**	**roughly**	**darned**	**.**
紧的	鞋	或者	袜子	大致	该死的	.

53 — 展示如何防止鞋子压迫因穿紧鞋或粗糙缝补的袜子而引起的鸡眼。

[ʃuːz] . — ['bædli] ['fɪtɪŋ] ['ʃuːz] [kɔːz] [sɔː(r)] [fiːt] [ænd; ənd] [mʌtʃ] [peɪn] .

Shoes	.	—	Badly	fitting	shoes	cause	sore	feet	and	much	pain	.
鞋	.	—	糟糕	配件	鞋	原因	疮	脚	和	很多	疼痛	.

鞋子——不合脚的鞋子会导致脚痛和很多痛苦。

[ə; eɪ] [ʃuːt] [ðæt] [ɪz] [taɪt] [ə'krɒs] [ðə; ði] [təʊz] [ɪz] [ʃʊə(r)] [tuː; tə] [kɔːz] [kɔːnz] .

A	shoe	that	is	tight	across	the	toes	is	sure	to	cause	corns	.
一个	鞋	那	是	紧的	穿过	这	脚趾	是	当然	到	原因	玉米	.

鞋子如果勒得太紧，肯定会导致鸡眼。

[ə; eɪ] [kɔːn] [ɪz] [ə; eɪ] ['θɪkənd] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tɒp] [skɪn] [wɪtʃ] ['presɪz] [ɒn] [ðə; ði] [mɔː(r)] ['tendə(r)] [pɑːt]

A	corn	is	a	thickened	part	of	the	top	skin	which	presses	on	the	more	tender	part
一个	玉米	是	一个	增稠	部分	的	这	顶部	皮肤	哪个	出版社	在	这	更多的	投标	部分

[bɪ'niːθ] .

beneath	.
下面	.

鸡眼是皮肤表层增厚的部分，它会压迫下面较嫩的皮肤。

['səʊkɪŋ] [ðə; ði] [fiːt] [ɪn] [hɒt] ['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] ['faɪlɪŋ] [ɒf] [ðə; ði] [tɒp] [ɒv; əv] [ðə; ði] [kɔːn] [ɔː(r)] ['juːzɪŋ] [ə; eɪ]

Soaking	the	feet	in	hot	water	and	filing	off	the	top	of	the	corn	or	using	a
浸泡	这	脚	在	热的	水	和	备案	离开	这	顶部	的	这	玉米	或者	使用	一个

[kɔːn] ['plɑːstə(r)] [wɪl] [help] [ˌaɪ 'tiː] .

corn	plaster	will	help	it	.
玉米	石膏	将要	帮助	它	.

将脚浸泡在热水中，然后锉掉鸡眼的顶部，或者使用鸡眼贴，都会有所帮助。

[ʃuːz] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [ə; eɪ] [hɑːf] [ɪntʃ] [lɒŋgə(r)] [ðæn; ðən] [ðə; ði] [fʊt] .

Shoes	should	always	be	a	half	inch	longer	than	the	foot	.
鞋	应该	总是	是	一个	一半	英寸	更长	比	这	脚	.

鞋子应该始终比脚长半英寸。

['wɔːtəpruːf] ['ʃuːz] [ɔː(r)] ['rʌbəz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wɔːn] [ɪn] [wet] ['weðə(r)] .

Waterproof	shoes	or	rubbers	should	be	worn	in	wet	weather	.
防水的	鞋	或者	橡胶	应该	是	磨损	在	湿的	天气	.

雨天应穿防水鞋或橡胶鞋。

['rʌbəz] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [wɔːn] [ɪn] [ðə; ði] [haʊs] .

Rubbers	should	not	be	worn	in	the	house	.
橡胶	应该	不是	是	磨损	在	这	房子	.

橡胶制品不应该在室内使用。

['ælkəhɒl] [ænd; ənd] ['kləʊðɪŋ] . — ['meni] [p'ɜːsənz] [θɪŋk] [ðæt] [ə; eɪ] [drɪŋk] [ɒv; əv] ['wɪski] [wɪl] [meɪk]

Alcohol	and	Clothing	.	—	Many	persons	think	that	a	drink	of	whisky	will	make
酒精	和	衣服	.	—	许多	人	思考	那	一个	喝	的	威士忌酒	将要	制作

[ðem; ðəm] [wɔːm] [wen] ['teɪkən] [ɒn] [ə; eɪ] [kəʊld] [deɪ] .

them	warm	when	taken	on	a	cold	day	.
他们	温暖的	什么时候	已采取	在	一个	寒冷的	天	.

酒精与衣物——许多人认为在寒冷的日子里喝一杯威士忌会让他们感到温暖。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] ['wɪski] [ɪz] ['sʌmtaɪmz] [juːst] [wen] ['kləʊðɪŋ] [ɪz] ['riːəli] ['niːdɪd] .

For	this	reason	whisky	is	sometimes	used	when	clothing	is	really	needed	.
为了	这	原因	威士忌酒	是	有时	用过的	什么时候	衣服	是	真的	需要	.

因此，当真正需要衣服的时候，人们有时会用威士忌来代替。

[ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv]

The	use	of
这	使用	的

使用

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	99	]
[	页	-	]

['wɪski] [ɔː(r)] ['eni] ['ʌðə(r)] [ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] [wɪl] [nɒt] [meɪk] [ðə; ði] ['bɒdi] [wɔːm] .

whisky	or	any	other	alcoholic	drink	will	not	make	the	body	warm	.
威士忌酒	或者	任何	其他	酗酒者	喝	将要	不是	制作	这	身体	温暖的	.

威士忌或其他任何酒精饮料都不会使身体变暖。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [meɪk] [wʌn] [fiːl] [wɔːm] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ˌaɪ 'tiː] ['luːsən] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ɪn] [ðə; ði] [blʌd] [tjuːbz]

It	may	make	one	feel	warm	because	it	loosens	the	muscles	in	the	blood	tubes
它	可能	制作	一	感觉	温暖的	因为	它	松动	这	肌肉	在	这	血	管子

[ɒv; əv] [ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] [səʊ] [lets] [mɔː(r)] [blʌd] [kʌm] [tuː; tə] [ðə; ði] ['sɜːfɪs] .

of	the	skin	and	so	lets	more	blood	come	to	the	surface	.
的	这	皮肤	和	所以	让我们	更多的	血	来	到	这	表面	.

它可能会使人感到温暖，因为它能放松皮肤血管中的肌肉，从而使更多的血液流到皮肤表面。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðə; ði] ['bɒdi] [bɪ'kʌmz] ['kəʊldə(r)] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [tuː] [mʌtʃ] [blʌd] [gets] ['ɪntuː] [ðə; ði] [skɪn]

In	this	way	the	body	becomes	colder	because	too	much	blood	gets	into	the	skin
在	这	方式	这	身体	变成	更冷	因为	也	很多	血	获得	进入	这	皮肤

[ænd; ənd] [ɪz] [ðen] [tʃɪld] [baɪ] [ðə; ði] [kəʊld] [eə(r)] .

and	is	then	chilled	by	the	cold	air	.
和	是	然后	冷藏	经过	这	寒冷的	空气	.

这样一来，身体就会变冷，因为过多的血液流到皮肤，然后被冷空气冷却。

[æz; əz] ['ælkəhɒl] ['dedən] [ðə; ði] ['fiːlɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [prɪ'vent] [wʌn] [frɒm; frəm] ['fiːlɪŋ] [kəʊld] [wen] [ðə; ði]

As	alcohol	deadens	the	feeling	it	may	prevent	one	from	feeling	cold	when	the
作为	酒精	死	这	感觉	它	可能	防止	一	从	感觉	寒冷的	什么时候	这

['bɒdi] [ɪz] ['riːəli] ['veri] [kəʊld] .

body	is	really	very	cold	.
身体	是	真的	非常	寒冷的	.

由于酒精会麻痹感觉，因此即使身体非常寒冷，它也可能使人感觉不到寒冷。

[tuː] ['lɪt(ə)l] ['kləʊðɪŋ] [ænd; ənd] [tuː] [mʌtʃ] ['ælkəhɒl] [hæv; həv] [biːn] [nəʊn] [tuː; tə] [kɔːz] [men] [tuː; tə]

Too	little	clothing	and	too	much	alcohol	have	been	known	to	cause	men	to
也	小的	衣服	和	也	很多	酒精	有	到过	已知	到	原因	男人	到

[friːz] [tuː; tə] [deθ] .

freeze	to	death	.
冻结	到	死亡	.

衣着过少和饮酒过量都可能导致男性冻死。

[ɪk'spɪəriəns] [ɪn] ['juːzɪŋ] ['ælkəhɒl] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['bɒdi] [wɔːm] . — ['dɒktə(r)] [heɪz] ,

Experience	in	using	Alcohol	to	keep	the	Body	Warm	.	—	Doctor	Hayes	,
经验	在	使用	酒精	到	保持	这	身体	温暖的	.	—	医生	海耶斯	,

利用酒精保暖的经验——海耶斯医生

[huː] [went] [æz; əz] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [wɪð] ['dɒktə(r)] [keɪn] [tuː; tə] [ɪk'splɔː(r)] [ɪn] [ðə; ði] ['ɑːktɪk] ['riːdʒənz] ,

who	went	as	physician	with	Doctor	Kane	to	explore	in	the	Arctic	regions	,
WHO	去	作为	医生	和	医生	凯恩	到	探索	在	这	北极	地区	,

他作为医生跟随凯恩博士前往北极地区探险。

[sed] [ðæt] [hiː; hi] [wʊd] ['nevə(r)] [ə'gen] [teɪk] [ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] [wɪð] [hɪm] [ɒn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [trɪp] .

said	that	he	would	never	again	take	alcoholic	drink	with	him	on	such	a	trip	.
说	那	他	会	绝不	再次	拿	酗酒者	喝	和	他	在	这样的	一个	旅行	.

他说他以后再也不会在这样的旅行中携带酒精饮料了。

[hiː; hi] [dɪ'kleəd] ['ælkəhɒl] [wɒz; wəz] [ɒv; əv] [nəʊ] [juːz] [ɪn] ['helpɪŋ] [men] [tuː; tə] [kiːp] [wɔːm] .

He	declared	alcohol	was	of	no	use	in	helping	men	to	keep	warm	.
他	声明	酒精	曾是	的	不	使用	在	帮助	男人	到	保持	温暖的	.

他宣称酒精对帮助男人保暖没有任何作用。

[hiː; hi] [faʊnd] [frɒm; frəm]['æktʃuəl] [ɪk'spɪəriəns] [ðæt] [ðəʊz] [huː] [juːz]['ælkəhɒl] ['kænɒt] [ɪn'djʊə(r)][kəʊld][səʊ]

He	found	from	actual	experience	that	those	who	use	alcohol	cannot	endure	cold	so
他	成立	从	实际的	经验	那	那些	WHO	使用	酒精	不能	忍受	寒冷的	所以

[wel] [æz; əz]['ʌðə(r)] ['piːp(ə)l] .

well	as	other	people	.
出色地	作为	其他	人们	.

他从实际经验中发现，饮酒者不如其他人耐寒。

['dɒktə(r)]['kɑːpəntə(r)] , [ə; eɪ] [wel] - [nəʊn] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,

Doctor	Carpenter	,	a	well	-	known	physician	,
医生	木匠	,	一个	出色地	-	已知	医生	,

卡彭特医生是一位知名的医生

[telz] [ɒv; əv][ə; eɪ] [kruː] [ɒv; əv]['sɪksti] - [sɪks][men] [huː] [traɪd] [tuː; tə] [steɪ] [ɪn] ['hʌdsən] [beɪ] [ɔːl]['wɪntə(r)] .

tells	of	a	crew	of	sixty	-	six	men	who	tried	to	stay	in	Hudson	Bay	all	winter	.
讲述	的	一个	全体人员	的	六十	-	六	男人	WHO	尝试	到	停留	在	哈德逊	湾	全部	冬天	.

讲述了 66 名船员试图在哈德逊湾度过整个冬天的故事。

[ðeɪ] [juːst] [sʌm; səm][ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] .

They	used	some	alcoholic	drink	.
他们	用过的	一些	酗酒者	喝	.

他们喝了一些含酒精的饮料。

['əʊnli] [tuː] [ɒv; əv][ðə; ði] ['pɑːti] [lɪvd; 'laɪvd] [θruː] [ðə; ði]['wɪntə(r)] .

Only	two	of	the	party	lived	through	the	winter	.
仅有的	二	的	这	派对	居住地	通过	这	冬天	.

一行人中只有两人活过了冬天。

['leɪtə(r)] [ə'nʌðə(r)] ['pɑːti] [ɒv; əv] ['twenti] - [tuː] [men] [pɑːst] [ðə; ði]['wɪntə(r)][ɪn][ðə; ði] [seɪm] [pleɪs] .

Later	another	party	of	twenty	-	two	men	passed	the	winter	in	the	same	place	.
之后	其他	派对	的	二十	-	二	男人	通过了	这	冬天	在	这	相同的	地方	.

后来，另一队二十二人在同一地点过冬。

[ðeɪ] [juːst] [nəʊ] [strɒŋ] [drɪŋk] [æt; ət] ['eni] [taɪm] [ænd; ənd][æz; əz][ə; eɪ] ['kɒnsɪkwəns] [ɔːl][bʌt; bət] [tuː]

They	used	no	strong	drink	at	any	time	and	as	a	consequence	all	but	two
他们	用过的	不	强的	喝	在	任何	时间	和	作为	一个	结果	全部	但	二

[ɒv; əv][ðem; ðəm][wɜː(r); wə(r)] [rɪ'pɔːtɪd] [wel] [ænd; ənd] [strɒŋ] [ɪn][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [sprɪŋ] .

of	them	were	reported	well	and	strong	in	the	following	spring	.
的	他们	是	据报道	出色地	和	强的	在	这	下列的	春天	.

他们从未饮用过烈性酒，因此，据报道，第二年春天，除了两人之外，其他人都身体健康、精力充沛。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	100	]
[	页	-	]

[第100页]

['tʃæptə(r)] [ˌɛksˌaɪ'viː]

CHAPTER	XIV
章	十四

第十四章

['briːðɪŋ]

BREATHING
呼吸

呼吸

[ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] [lʌŋz] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] [lait] ['spʌndʒi] ['bɒdɪz] ['fɪlɪŋ] [ʌp][ðə; ði]['greɪtə(r)] [pɑːt][ɒv; əv]

The	Lungs	.	—	The	lungs	are	two	light	spongy	bodies	filling	up	the	greater	part	of
这	肺	.	—	这	肺	是	二	光	海绵状的	身体	填充	向上	这	更大的	部分	的

[ðə; ði] [tʃest] .

the	chest	.
这	胸部	.

肺——肺是两个轻盈的海绵状器官，占据了胸腔的大部分空间。

[ðə; ði]
The
这

这

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 101]
[页 -]

[第101页]

[hɑːt] [laɪz] [bɪˈtwiːn] [ðə; ði] [lʌŋz] .
heart lies between the lungs .
心 谎言 之间 这 肺 .

心脏位于两肺之间。

[ðə; ði] [lʌŋz] [ɑː(r); ə(r)] [fɔːmd] ['lɑːdʒli] [ɒv; əv] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [θɪn] - [wɔːld] [sæks][ænd; ənd] [tuː] [sets]
The lungs are formed largely of thousands of thin - walled sacs and two sets
这 肺 是 形成 很大程度上 的 数千 的 薄的 - 有围墙的 囊 和 二 套
[ɒv; əv] [tjuːbz] .
of tubes .
的 管子 .

肺主要由数千个薄壁囊和两组管道组成。

[wʌn] [set] [ɒv; əv] [tjuːbz] ['kæriz] [eə(r)]['ɪntuː][ænd; ənd] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] ,
One set of tubes carries air into and out of the lungs ,
一 放 的 管子 携带 空气 进入 和 出去 的 这 肺 ,

一组导管负责将空气输送进出肺部。

[ænd; ənd][ðə; ði]['ʌðə(r)] [set] [ɪz] [fɪld] [wɪð] [blʌd] .
and the other set is filled with blood .
和 这 其他 放 是 已填 和 血 .

另一组则装满了血。

[ðiːz] [sæks][ænd; ənd] [tjuːbz] [ɑː(r); ə(r)] [held] [ɪn] [pleɪs] [baɪ][ə; eɪ] [luːs] ['meʃˌwɜːk] [ɒv; əv] ['tɪʃuː] .
These sacs and tubes are held in place by a loose meshwork of tissue .
这些 囊 和 管子 是 握住 在 地方 经过 一个 松动的 网状物 的 组织 .

这些囊状物和管状物由松散的组织网固定到位。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ðə; ði] [rɪbz] [ænd; ənd] [frʌnt] [wɔːl] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʃest] [kʌt] [ə'weɪ] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði] [lʌŋz] .
54 — The ribs and front wall of the chest cut away to show the lungs .
- — 这 肋骨 和 正面 墙 的 这 胸部 切 离开 到 展示 这 肺 .

54 —切开肋骨和胸腔前壁，露出肺部。

[ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [wʌn] [lʌŋ] [ɪz] [kʌt] [ɒf] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði] [hɑːt] .
A piece of one lung is cut off to show the heart .
一个 片 的 一 肺 是 切 离开 到 展示 这 心 .

切掉一侧肺的一部分，露出心脏。

[ə; eɪ] [ænd; ənd] [iː] , [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['brestbəʊn] ; [ef] , ['daɪəfræm] .
A and E , parts of the breastbone ; F , diaphragm .
一个 和 E , 部分 的 这 胸骨 ; F , 隔膜 .

A 和 E，胸骨的一部分；F，横膈膜。

[waɪ] [wiː; wi] [briːð] . — ['briːðɪŋ] [miːnz] ['teɪkɪŋ] [eə(r)]['ɪntuː][ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] ['fɔːsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː]

Why	we	Breathe	.	—	Breathing	means	taking	air	into	the	lungs	and	forcing	it
为什么	我们	呼吸	.	—	呼吸	方法	采取	空气	进入	这	肺	和	强制	它

[aʊt] .

out	.
出去	.

我们为什么呼吸？——呼吸是指将空气吸入肺部，然后用力将其呼出。

[ðə; ði][eə(r)][ɪz] [meɪd] [tuː; tə][gəʊ]['ɪntuː][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] [ə; eɪ] [pɑːt] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] [kɔːld] ['ɒksɪdʒən]

The	air	is	made	to	go	into	the	lungs	in	order	that	a	part	of	it	called	oxygen
这	空气	是	制成	到	去	进入	这	肺	在	命令	那	一个	部分	的	它	称为	氧

[meɪ] [get]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .

may	get	into	the	blood	.
可能	得到	进入	这	血	.

空气被输送到肺部，以便其中的氧气能够进入血液。

[ðə; ði] [blʌd] [ðen] ['kæriz] [ðə; ði]['ɒksɪdʒən][tuː; tə][ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [weə(r)] [ˌaɪ 'tiː][kæn; kən]

The	blood	then	carries	the	oxygen	to	all	parts	of	the	body	where	it	can
这	血	然后	携带	这	氧	到	全部	部分	的	这	身体	在哪里	它	能

[help] [ðə; ði]['ɔːrgənz][duː; də][ðeə(r)] [wɜːk] .

help	the	organs	do	their	work	.
帮助	这	器官	做	他们的	工作	.

血液随后将氧气输送到身体各个部位，帮助器官发挥其功能。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ə; eɪ]['sæləmændə(r)] , ['ʃəʊɪŋ] [ðə; ði] [gɪlz] [ɒn] ['aɪðə(r)] [saɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [hed] ,

55	—	Photograph	of	a	salamander	,	showing	the	gills	on	either	side	of	the	head	,
-	—	照片	的	一个	蝾	,	显示	这	鳃	在	任何一个	边	的	这	头	,

55——一张蝾螈的照片，显示了头部两侧的鳃。

[wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] [ɪn] ['briːðɪŋ] .

which	are	used	in	breathing	.
哪个	是	用过的	在	呼吸	.

它们用于呼吸。

[ðə; ði][eə(r)] [wɪtʃ] ['kɒmz] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪz] [nɒt] [ðə; ði] [seɪm] [æz; əz] [ðæt] [wɪtʃ] [gəʊz] [ɪn] .

The	air	which	comes	out	of	the	lungs	is	not	the	same	as	that	which	goes	in	.
这	空气	哪个	来	出去	的	这	肺	是	不是	这	相同的	作为	那	哪个	去	在	.

从肺里呼出的空气与吸入的空气并不相同。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['ɒksɪdʒən][hæz; həz] [biːn] [juːst] [ʌp] [ænd; ənd][ɪn][ɪts] [pleɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['heviə] [gæs]

Some	of	the	oxygen	has	been	used	up	and	in	its	place	is	a	heavier	gas
一些	的	这	氧	有	到过	用过的	向上	和	在	它是	地方	是	一个	较重	气体

[nemd] ['kɑːbən] [daɪ'ɒksaɪd] ,

named	carbon	dioxide	,
命名	碳	二氧化硫	,

部分氧气被消耗掉，取而代之的是一种名为二氧化碳的较重气体。

[wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] ['gɪv(ə)n] [aʊt] [baɪ][ðə; ði] ['bɒdi] .

which	has	been	given	out	by	the	body	.
哪个	有	到过	给定	出去	经过	这	身体	.

这是身体分泌出来的物质。

[ðɪs] ['kɑːbən] [daɪ'ɒksaɪd][ɪz] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [weɪst] [fɔːmd] [ɪn] ['evri] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [frɒm; frəm]

This	carbon	dioxide	is	part	of	the	waste	formed	in	every	part	of	the	body	from
这	碳	二氧化硫	是	部分	的	这	浪费	形成	在	每一个	部分	的	这	身体	从

[ðə; ði] [juːst] - [ʌp] [fuːd] [ænd; ənd] ['daɪɪŋ] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

the	used	-	up	food	and	dying	parts	of	the	body	.
这	用过的	-	向上	食物	和	垂死	部分	的	这	身体	.

这种二氧化碳是人体各个部位产生的废物的一部分，来源于消耗掉的食物和垂死的身体组织。

[wiː; wi] [briːð] ['ðeəfɔː(r)] [tuː; tə] [get] ['ɒksɪdʒən]['ɪntuː][ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd][tuː; tə] [teɪk] [aʊt] [sʌm; səm]

We	breathe	therefore	to	get	oxygen	into	the	body	and	to	take	out	some
我们	呼吸	所以	到	得到	氧	进入	这	身体	和	到	拿	出去	一些

[ɒv; əv][ðə; ði] [weɪst] ['mætə(r)] .

of	the	waste	matter	.
的	这	浪费	事情	.

因此，我们呼吸是为了将氧气输送到身体各处，并排出一些废物。

[ɔːl] ['ænɪmlz] [mʌst; məst] [briːð] .

All	animals	must	breathe	.
全部	动物	必须	呼吸	.

所有动物都需要呼吸。

[ɪf] ['aʊə(r)] [breθ] [ɪz] [ʃʌt]

If	our	breath	is	shut
如果	我们的	气息	是	关闭

如果我们的呼吸停止了

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	102	]
[	页	-	]

[第102页]

[ɒf] ['əʊnli][fɔː(r)][ɔː(r)][faɪv] ['mɪnɪts] , [deθ] [rɪ'zʌlts] .

off	only	four	or	five	minutes	,	death	results	.
离开	仅有的	四	或者	五	分钟	,	死亡	结果	.

哪怕只晚四五分钟，也会导致死亡。

[ɪn][ðə; ði] ['ɜːθwɜːm] [ðə; ði]['ɒksɪdʒən] [gəʊz] [raɪt] [θruː] [ðə; ði] [skɪn] ['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .

In	the	earthworm	the	oxygen	goes	right	through	the	skin	into	the	blood	.
在	这	蚯蚓	这	氧	去	正确的	通过	这	皮肤	进入	这	血	.

在蚯蚓体内，氧气直接穿过皮肤进入血液。

[bʌgz] [ænd; ənd] [flaɪz] [hæv; həv] ['sevrəl] ['lɪt(ə)l] ['oʊpənɪŋz] [ə'lɒŋ] [ðə; ði] [saɪdz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [wɪtʃ]

Bugs	and	flies	have	several	little	openings	along	the	sides	of	the	body	which
漏洞	和	苍蝇	有	一些	小的	开口	沿着	这	侧面	的	这	身体	哪个

[liːd] ['ɪntuː] [tjuːbz] ['brɑːntʃɪŋ] [θruː'aʊt] [ðə; ði] ['bɒdi] [tuː; tə] ['kæri] [eə(r)] .

lead	into	tubes	branching	throughout	the	body	to	carry	air	.
带领	进入	管子	分枝	自始至终	这	身体	到	携带	空气	.

昆虫和苍蝇的身体两侧有许多小开口，这些开口通向遍布全身的管道，用于输送空气。

[ə; eɪ] [fɪʃ] [gets] [eə(r)] [θruː] [ɪts] [gɪlz] ['laɪɪŋ] ['ʌndə(r)][ə; eɪ]['bəʊni][flæp][ɒn] [iːtʃ] [saɪd][ɒv; əv][ðə; ði] [hed] .

A	fish	gets	air	through	its	gills	lying	under	a	bony	flap	on	each	side	of	the	head	.
一个	鱼	获得	空气	通过	它是	鳃	说谎	在下面	一个	骨质	瓣膜	在	每个	边	的	这	头	.

鱼通过位于头部两侧骨瓣下方的鳃来获取空气。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [ænd; ənd] [lʌŋz] [vjuː] [frɒm; frəm][ɪn] [frʌnt] .

56	—	The	windpipe	and	lungs	viewed	from	in	front	.
-	—	这	气管	和	肺	已查看	从	在	正面	.

56 —从正面观察气管和肺。

[ɒn] [ðə; ði] [raɪt] , [ðə; ði] ['tɪʃuː] [ɪz] [rɪ'muːvd] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði] [eə(r)] [tjuːbz] .

On	the	right	,	the	tissue	is	removed	to	show	the	air	tubes	.
在	这	正确的	,	这	组织	是	已移除	到	展示	这	空气	管子	.

右侧，去除组织后露出气管。

[haʊ] [ðə; ði] [eə(r)] ['pɑːsɪz] ['ɪntuː] [ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] ['aʊtə(r)] ['oʊpənɪŋz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [nəʊz] [ɑː(r); ə(r)]

How	the	Air	passes	into	the	Lungs	.	—	The	outer	openings	of	the	nose	are
如何	这	空气	通过	进入	这	肺	.	—	这	外	开口	的	这	鼻子	是

[kɔːld] ['nɒstrəlz] .

called	nostrils	.
称为	鼻孔	.

空气如何进入肺部——鼻子的外侧开口称为鼻孔。

[frɒm; frəm] [hɪə(r)] [tuː] ['tʃæn(ə)lz] [liːd] [bæk] [θruː] [ðə; ði] [nəʊz] [tuː; tə] [ðə; ði] [θrəʊt] .

From	here	two	channels	lead	back	through	the	nose	to	the	throat	.
从	这里	二	频道	带领	后退	通过	这	鼻子	到	这	喉	.

从这里，有两条通道经由鼻腔通向咽喉。

[ðə; ði] ['kævəti] [ɒv; əv] [ðə; ði] [θrəʊt] [bɪ'haɪnd] [ðə; ði] [nəʊz] [ænd; ənd] [tʌŋ] [ɪz] [ðə; ði] ['færɪŋks] .

The	cavity	of	the	throat	behind	the	nose	and	tongue	is	the	pharynx	.
这	空腔	的	这	喉	在后面	这	鼻子	和	舌头	是	这	咽	.

鼻子和舌头后面的喉咙腔叫做咽。

[æt; ət] [ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['færɪŋks] [ɪz] [ə; eɪ] [tjuːb] [meɪd] ['məʊstli] [ɒv; əv] ['grɪsl] .

At	the	bottom	of	the	pharynx	is	a	tube	made	mostly	of	gristle	.
在	这	底部	的	这	咽	是	一个	管子	制成	大多	的	脆骨	.

咽部底部是一条主要由软骨构成的管道。

[ðɪs] [tjuːb] [ɪz] ['lɑːdʒə(r)] [ðæn; ðən] [jɔː(r); jə(r)] [θʌm] [ænd; ənd] [ɪz] [nemd] [ðə; ði] ['lærɪŋks] , [ɔː(r)] [vɔɪs] [bɒks] .

This	tube	is	larger	than	your	thumb	and	is	named	the	larynx	,	or	voice	box	.
这	管子	是	更大的	比	你的	拇指	和	是	命名	这	喉	,	或者	嗓音	盒子	.

这根管子比你的拇指还粗，叫做喉，或者叫声带。

[ðə; ði] [bʌmp] [ɒn] [ɪts] [frʌnt] [pɑːt] [fɔːmz] [ðə; ði] [lʌmp] [ɪn] [ðə; ði] [θrəʊt] [kɔːld] [ðə; ði] ['ædəmz] ['æp(ə)l] .

The	bump	on	its	front	part	forms	the	lump	in	the	throat	called	the	Adam's	Apple	.
这	撞	在	它是	正面	部分	表格	这	块	在	这	喉	称为	这	亚当的	苹果	.

它前端的凸起形成了喉咙里的肿块，称为喉结。

[frɒm; frəm] [ðə; ði] [vɔɪs] [bɒks] [ɪk'stendz; ek-] [ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [kɔːld]

From	the	voice	box	extends	the	windpipe	called
从	这	嗓音	盒子	扩展	这	气管	称为

从声带延伸出称为气管的器官。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	103	]
[	页	-	]

[第103页]

[trə'kiːə] , [daʊn] [tuː; tə] [ðə; ði] [lʌŋz] .

trachea	,	down	to	the	lungs	.
气管	,	向下	到	这	肺	.

从气管一直延伸到肺部。

[ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [di'vaid] [æt; ət] [ɪts] ['ləʊə(r)] [end] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [lʌŋz] ['ɪntuː] [tuː] ['brɑːntʃɪz] .

The	windpipe	divides	at	its	lower	end	between	the	lungs	into	two	branches	.
这	气管	分割	在	它是	降低	结尾	之间	这	肺	进入	二	分支	.

气管下端在两肺之间分为两个分支。

[wʌn] [ɒv; əv] [ðiːz] ['entəz] [iːtʃ] [lʌŋ] .

One	of	these	enters	each	lung	.
一	的	这些	进入	每个	肺	.

其中一根进入每个肺。

[ðə; ði][eə(r)] [tjuːbz] [ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] . — [æz; əz][ðə; ði] [brɑːntʃ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['wɪndpaɪp] ['entəz] [iːtʃ] [lʌŋ]

The	Air	Tubes	in	the	Lungs	.	—	As	the	branch	of	the	windpipe	enters	each	lung
这	空气	管子	在	这	肺	.	—	作为	这	分支	的	这	气管	进入	每个	肺

[ˌaɪ 'tiː] [di'vaid] ['ɪntuː][smɔːlə(r)] ['brɑːntʃɪz] [dʒʌst] [laɪk] [ðə; ði] [lɪmz] [ɒv; əv][ə; eɪ] [triː] .

it	divides	into	smaller	branches	just	like	the	limbs	of	a	tree	.
它	分割	进入	较小的	分支	只是	喜欢	这	四肢	的	一个	树	.

肺中的气管——气管分支进入每个肺时，会像树枝一样分成更小的分支。

[ðiːz] [dɪ'vaɪd] ['ɪntuː] [stɪl] [smɔːlə(r)] [tjuːbz] ,

These	divide	into	still	smaller	tubes	,
这些	划分	进入	仍然	较小的	管子	,

这些管子还会分成更小的管子，

[wɪtʃ] [brɑːntʃ] [ə'gen] [ænd; ənd] [ə'gen] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][æz; əz] [smɔːl] [æz; əz][ə; eɪ][heə(r)] .

which	branch	again	and	again	until	they	are	as	small	as	a	hair	.
哪个	分支	再次	和	再次	直到	他们	是	作为	小的	作为	一个	头发	.

它们不断分叉，直到细如发丝。

[ðiːz] ['heəlaɪk] [tjuːbz] [hæv; həv] ['swəʊlən] [endz] [kɔːld] [eə(r)][sæks] .

These	hairlike	tubes	have	swollen	ends	called	air	sacs	.
这些	毛发状	管子	有	肿	结束	称为	空气	囊	.

这些毛发状的管子末端膨大，称为气囊。

[ðə; ði] [wɔːlz] [ɒv; əv][ðə; ði][eə(r)][sæks][ɑː(r); ə(r)] [mʌtʃ] ['θɪnə(r)] [ðæn; ðən] ['tɪʃuː] ['peɪpə(r)] .

The	walls	of	the	air	sacs	are	much	thinner	than	tissue	paper	.
这	墙壁	的	这	空气	囊	是	很多	更薄	比	组织	纸	.

气囊壁比纸巾薄得多。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [bʌntʃ] [ɒv; əv][eə(r)] [selz] [æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv][æn; ən][eə(r)] [tjuːb] [ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] ,

57	—	A	bunch	of	air	cells	at	the	end	of	an	air	tube	in	the	lungs	,
-	—	一个	束	的	空气	细胞	在	这	结尾	的	一个	空气	管子	在	这	肺	,

57——肺部气管末端的一组气囊，

['ʃəʊɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] ['vesə)lz] [wɪtʃ] [rɪ'siːv] [ðə; ði]['ɒksɪdʒən][ænd; ənd] [gɪv] [aʊt][ðə; ði]['kɑːbən]

showing	the	blood	vessels	which	receive	the	oxygen	and	give	out	the	carbon
显示	这	血	船只	哪个	收到	这	氧	和	给	出去	这	碳

[daɪ'ɒksaɪd] .

dioxide	.
二氧化硫	.

图中显示了接收氧气和释放二氧化碳的血管。

[haʊ] [ðə; ði] [blʌd] [treɪdz] [weɪst] [fɔː(r); fə(r)]['ɒksɪdʒən][ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] [blʌd] ,

How	the	Blood	trades	Waste	for	Oxygen	in	the	Lungs	.	—	The	blood	,
如何	这	血	交易	浪费	为了	氧	在	这	肺	.	—	这	血	,

血液如何在肺部将废物转化为氧气。——血液，

[wɪtʃ] [ɪz] ['kɒnstəntli] ['rʌnɪŋ] [frɒm; frəm][ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] ,

which	is	constantly	running	from	all	parts	of	the	body	to	the	lungs	,
哪个	是	不断地	跑步	从	全部	部分	的	这	身体	到	这	肺	,

它不断地从身体各个部位流向肺部，

[kə'lekts] [weɪst] [fɔːmd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [bɜːnt] [fuːd] [ænd; ənd] ['daɪɪŋ] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði]['ɔːrgənz] .

collects	waste	formed	from	the	burnt	food	and	dying	parts	of	the	organs	.
收集	浪费	形成	从	这	烧焦的	食物	和	垂死	部分	的	这	器官	.

收集食物燃烧产生的废物和器官坏死部分。

[wen] [ðə; ði] [blʌd] ['kɒmz] [tu:; tə][ðə; ði] [lʌŋz] , [ˌaɪ 'ti:][ɪz] [fʊl] [ɒv; əv] [ðɪs] [weɪst] , [kɔ:ld] ['kɑ:bən]

When **the** **blood** **comes** **to** **the** **lungs** **,** **it** **is** **full** **of** **this** **waste** **,** **called** **carbon**

什么时候 这 血 来 到 这 肺 , 它 是 满的 的 这 浪费 , 称为 碳

[daɪ'ɒksaɪd] .

dioxide **.**

二氧化硫 .

当血液流向肺部时，其中充满了这种叫做二氧化碳的废物。

[ðə; ði] [blʌd] [tju:bz] [dɪ'vaɪd]

The **blood** **tubes** **divide**

这 血 管子 划分

血管分裂

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[Pg 104]

[页 -]

[第104页]

['ɪntu:] [faɪn] ['brɑ:ntʃɪz] [wɪð] ['veri] [θɪn] [wɔ:lz] [ænd; ənd] [fɔ:m] [ə; eɪ] [rɪtʃ] ['netwɜ:k] ['əʊvə(r)][ðə; ði][eə(r)]

into **fine** **branches** **with** **very** **thin** **walls** **and** **form** **a** **rich** **network** **over** **the** **air**

进入 美好的 分支 和 非常 薄的 墙壁 和 形式 一个 富有的 网络 超过 这 空气

[sæks] .

sacs **.**

囊 .

分成壁很薄的细枝，在气囊上形成丰富的网状结构。

[ðɪs] [ə'laʊz] [ðə; ði] ['kɑ:bən] [daɪ'ɒksaɪd][ænd; ənd]['wɔ:tə(r)][tu:; tə] [pɑ:s] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [tju:bz] ['ɪntu:]

This **allows** **the** **carbon** **dioxide** **and** **water** **to** **pass** **out** **of** **the** **blood** **tubes** **into**

这 允许 这 碳 二氧化硫 和 水 到 经过 出去 的 这 血 管子 进入

[ðə; ði][eə(r)][sæks] ,

the **air** **sacs** **,**

这 空气 囊 ,

这样一来，二氧化碳和水就能从血管进入肺泡。

[waɪl] [ðə; ði]['ɒksɪdʒən][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [gəʊz] [θru:] ['ɪntu:][ðə; ði] [blʌd] .

while **the** **oxygen** **at** **the** **same** **time** **goes** **through** **into** **the** **blood** **.**

尽管 这 氧 在 这 相同的 时间 去 通过 进入 这 血 .

与此同时，氧气进入血液。

[mɔ:(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv]['wɔ:tə(r)][ɪz]['gɪv(ə)n] [ɒf] [ɪn][ðə; ði] [breθ] ['deɪli] .

More **than** **a** **pint** **of** **water** **is** **given** **off** **in** **the** **breath** **daily** **.**

更多的 比 一个 品脱 的 水 是 给定 离开 在 这 气息 日常的 .

每天通过呼吸排出的水量超过一品脱。

[haʊ] [wi:; wi] [bri:ð] . — [ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃest] ['kævəti][ɪz] [fɔ:md] [baɪ][æn; ən] ['ʌpwəd]

How **we** **Breathe** **.** **—** **The** **bottom** **of** **the** **chest** **cavity** **is** **formed** **by** **an** **upward**

如何 我们 呼吸 . — 这 底部 的 这 胸部 空腔 是 形成 经过 一个 向上

['ɑ:tʃɪŋ] [ʃi:t] [ɒv; əv] ['mʌs(ə)l] [kɔ:ld] [ðə; ði] ['daɪəfræm] .

arching **sheet** **of** **muscle** **called** **the** **diaphragm** **.**

拱形 床单 的 肌肉 称为 这 隔膜 .

我们如何呼吸——胸腔底部是由一块向上拱起的肌肉片构成，称为膈肌。

[ðɪs] [ɪz] ['fɑ:sənd] [tu:; tə][ðə; ði]['ləʊə(r)][rɪbz] .

This **is** **fastened** **to** **the** **lower** **ribs** **.**

这 是 系紧 到 这 降低 肋骨 .

它固定在下肋骨上。

[ðə; ði][rɪbz][æt; ət][rest][slɑ:nt] ['daʊnwəd] [ænd; ənd] ['ɪnwəd] .

The **ribs** **at** **rest** **slant** **downward** **and** **inward** **.**

这 肋骨 在 休息 倾斜 向下 和 向内 .

肋骨在静止状态下向下向内倾斜。

[wen] [ðə; ði] [rɪbz] [ɑː(r); ə(r)] ['pʊld] [ʌp] [ɔː(r)] [ðə; ði] [ɑːtʃ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['daɪəfræm] [daʊn] ,

When	the	ribs	are	pulled	up	or	the	arch	of	the	diaphragm	down	,
什么时候	这	肋骨	是	拉	向上	或者	这	拱	的	这	隔膜	向下	,

当肋骨向上拉起或横膈膜向下弯曲时，

[ðə; ði] ['kævəti] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʃest] [bɪ'kʌmz] ['lɑːdʒə(r)] .

the	cavity	of	the	chest	becomes	larger	.
这	空腔	的	这	胸部	变成	更大的	.

胸腔容积增大。

[ðə; ði] [eə(r)] [ðen] [rʌnz] ['ɪntuː] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] [swelz] [ðem; ðəm] [aʊt] .

The	air	then	runs	into	the	lungs	and	swells	them	out	.
这	空气	然后	跑步	进入	这	肺	和	涌浪	他们	出去	.

空气随后进入肺部，使肺部膨胀。

[wen] [ðə; ði] [rɪbz] [ɑː(r); ə(r)] [let] [drɒp] [ɔː(r)] [ðə; ði] [ɑːtʃ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['daɪəfræm] [gəʊz] [ʌp] ,

When	the	ribs	are	let	drop	or	the	arch	of	the	diaphragm	goes	up	,
什么时候	这	肋骨	是	让	降低	或者	这	拱	的	这	隔膜	去	向上	,

当肋骨下垂或横膈膜拱起时，

[ðə; ði] [eə(r)] [ɪz] [pʊʃt] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] .

the	air	is	pushed	out	of	the	lungs	.
这	空气	是	推动	出去	的	这	肺	.

空气被排出肺部。

[wɪ'ðaʊt] ['θɪŋkɪŋ] , [wiː; wi] [wɜːk] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [tuː; tə] [drɔː] [ʌp] [ðə; ði] [rɪbz] [ə'baʊt] [ˌeɪ'tiːn] [taɪmz]

Without	thinking	,	we	work	the	muscles	to	draw	up	the	ribs	about	eighteen	times
没有	思维	,	我们	工作	这	肌肉	到	画	向上	这	肋骨	关于	十八	时代

['evri] ['mɪnɪt] ,

every	minute	,
每一个	分钟	,

我们无需思考，每分钟就会不自觉地调动肌肉向上收缩肋骨约十八次。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɑː(r); ə(r)] ['kɔːlɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] ['ɒksɪdʒən] .

because	all	parts	of	the	body	are	calling	for	oxygen	.
因为	全部	部分	的	这	身体	是	呼叫	为了	氧	.

因为身体各个部位都需要氧气。

[ðə; ði] ['hɑːdə(r)] [wiː; wi] [wɜːk] [ðə; ði] ['ɒf(tə)n] [wiː; wi] [briːð] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [niːd] [mɔː(r)]

The	harder	we	work	the	oftener	we	breathe	because	the	muscles	need	more
这	更难	我们	工作	这	更频繁	我们	呼吸	因为	这	肌肉	需要	更多的

['ɒksɪdʒən] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] [gəʊ] .

oxygen	to	make	them	go	.
氧	到	制作	他们	去	.

我们工作越努力，呼吸就越频繁，因为肌肉需要更多的氧气才能活动。

[waɪ] [wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [briːð] [θruː] [ðə; ði] [nəʊz] . — [məʊst] [p'ɜːsənz] [faɪnd] [ˌaɪ 'tiː] ['iːzi] [tuː; tə]

Why	we	should	breathe	through	the	Nose	.	—	Most	persons	find	it	easy	to
为什么	我们	应该	呼吸	通过	这	鼻子	.	—	最多	人	寻找	它	简单的	到

[briːð] [θruː] [ðə; ði] [nəʊz] .

breathe	through	the	nose	.
呼吸	通过	这	鼻子	.

为什么我们应该用鼻子呼吸？——大多数人都觉得用鼻子呼吸很容易。

[ɪn] [sʌm; səm] , [haʊ'evə(r)] , [ðə; ði] [p'æsɪdʒɪz] [ɪn] [ðə; ði] [nəʊz] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] [smɔːl] [tuː; tə] ['kæri] [ðə; ði] [eə(r)]

In	some	,	however	,	the	passages	in	the	nose	are	too	small	to	carry	the	air
在	一些	,	然而	,	这	段落	在	这	鼻子	是	也	小的	到	携带	这	空气

[wɪ'ðaʊt] ['efət] .

without	effort	.
没有	努力	.

然而，在某些人身上，鼻腔内的通道太小，无法毫不费力地输送空气。

[ɒn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [ðeɪ] [let] [ðə; ði] [maʊθ] [hæŋ] ['əʊpən] [ænd; ənd] [briːð] [θruː] [ˌaɪ 'tiː] .

On	this	account	they	let	the	mouth	hang	open	and	breathe	through	it	.
在	这	帐户	他们	让	这	嘴	悬挂	打开	和	呼吸	通过	它	.

因此，他们会张开嘴巴，通过嘴巴呼吸。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [feɪs] [kʌt] [θruː] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [tuː; tə] [ʃəʊ] [haʊ] [ðə; ði] ['ædənɔɪdz] [stɒp] [ðə; ði] [eə(r)] [frɒm; frəm]

58	—	Face	cut	through	the	middle	to	show	how	the	adenoids	stop	the	air	from
-	—	脸	切	通过	这	中间	到	展示	如何	这	腺样体	停止	这	空气	从

['pɑːsɪŋ] [θruː] [ðə; ði] [nəʊz] .

passing	through	the	nose	.
通过	通过	这	鼻子	.

58 —从脸部中间切开，显示腺样体如何阻止空气通过鼻子。

['ærəus] [ʃəʊ] [ðə; ði] [kɔːs] [wɪtʃ] [ðə; ði] [eə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [teɪk] .

Arrows	show	the	course	which	the	air	should	take	.
箭头	展示	这	课程	哪个	这	空气	应该	拿	.

箭头指示空气的流动方向。

[ðə; ði] [eə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [pɑːs] ['əʊnli] [θruː] [ðə; ði] [nəʊz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [laɪnd] [wɪð] [heəz] [ænd; ənd]

The	air	should	pass	only	through	the	nose	because	it	is	lined	with	hairs	and
这	空气	应该	经过	仅有的	通过	这	鼻子	因为	它	是	衬里	和	头发	和

['taɪni] ['weɪvɪŋ] [θredz] [wɪtʃ]

tiny	waving	threads	which
微小的	挥手	线程	哪个

空气应该只通过鼻腔，因为鼻腔内壁覆盖着毛发和细小的卷曲丝状物，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	105	]
[	页	-	]

[第105页]

[kætʃ] [ðə; ði] [dʌst] .

catch	the	dust	.
抓住	这	灰尘	.

捕捉灰尘。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [dʒɜːrmz] [ænd; ənd] [dɜːt] [ɑː(r); ə(r)] [prɪ'ventɪd] [frɒm; frəm] ['getɪŋ] ['ɪntuː] [ðə; ði] [θrəʊt]

In	this	way	germs	and	dirt	are	prevented	from	getting	into	the	throat
在	这	方式	细菌	和	污垢	是	阻止	从	获得	进入	这	喉

[ænd; ənd] [lʌŋz] ,

and	lungs	,
和	肺	,

这样就能防止细菌和污垢进入喉咙和肺部。

[ænd; ənd] [ɪn] ['wɪntə(r)] [ðə; ði] [kəʊld] [eə(r)] [ɪz] [wɔːm] .

and	in	winter	the	cold	air	is	warmed	.
和	在	冬天	这	寒冷的	空气	是	温暖	.

冬天，寒冷的空气会被加热。

[waɪ] [sʌm; səm] ['tʃɪldrən] ['kænɒt] [briːð] [θruː] [ðə; ði] [nəʊz] . — [wen] [wʌn] [hæz; həz] [ə; eɪ] [kəʊld] ,

Why	Some	Children	cannot	breathe	through	the	Nose	.	—	When	one	has	a	cold	,
为什么	一些	孩子们	不能	呼吸	通过	这	鼻子	.	—	什么时候	一	有	一个	寒冷的	,

为什么有些孩子无法用鼻子呼吸？——当一个人感冒时，

[ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [nəʊz] [bɪ'kʌmz] ['swəʊlən] [ænd; ənd] [gɪvz] [aʊt] [ə; eɪ] [waɪt] ['sʌbstəns] [kɔːld]

the	lining	of	the	nose	becomes	swollen	and	gives	out	a	white	substance	called
这	衬垫	的	这	鼻子	变成	肿	和	给予	出去	一个	白色的	物质	称为

['mjuːkəs] .

mucus	.
粘液	.

鼻腔内壁肿胀，并分泌出一种叫做粘液的白色物质。

[ðə; ði] ['swelɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['mjuːkəs] [fɪl] [ʌp] [ðə; ði] [p'æsɪdʒɪz] .

The	swelling	of	the	lining	and	the	mucus	fill	up	the	passages	.
这	肿胀	的	这	衬垫	和	这	粘液	充满	向上	这	段落	.

内壁肿胀，黏液充满通道。

[ðə; ði] [nəʊz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [kliːn] [baɪ] ['juːzɪŋ] [ə; eɪ] ['hæŋkətʃɪf] [ænd; ənd] ['bləʊɪŋ] [aʊt] [ðə; ði]

The	nose	should	be	kept	clean	by	using	a	handkerchief	and	blowing	out	the
这	鼻子	应该	是	保留	干净的	经过	使用	一个	手帕	和	吹	出去	这

['mjuːkəs] ['ɪntuː] [ˌaɪ 'tiː] .

mucus	into	it	.
粘液	进入	它	.

应该用手帕擦拭鼻子，将鼻涕擤到手帕里，保持鼻子清洁。

['nevə(r)] [pʊt] [ðə; ði] ['fɪŋgə(r)] ['ɪntuː] [ðə; ði] [nəʊz] .

Never	put	the	finger	into	the	nose	.
绝不	放	这	手指	进入	这	鼻子	.

永远不要把手指伸进鼻子里。

[dɪ'ziːz] [dʒɜːrmz] ['ɒf(ə)n] [get] [ɒn] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [frɒm; frəm] [θɪŋz] [tʌtʃt] .

Disease	germs	often	get	on	the	fingers	from	things	touched	.
疾病	细菌	经常	得到	在	这	手指	从	事物	感动	.

致病细菌经常通过接触物品沾染到手指上。

['tʃɪldrən] [huː] [hæv; həv] [ðə; ði] ['hæbɪt] [ɒv; əv] ['briːðɪŋ] [θruː] [ðə; ði] [maʊθ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ɪg'zæmɪnd] [baɪ] [ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

Children	who	have	the	habit	of	breathing	through	the	mouth	should	be	examined	by	a	physician	.
孩子们	WHO	有	这	习惯	的	呼吸	通过	这	嘴	应该	是	检查	经过	一个	医生	.

有张口呼吸习惯的儿童应该由医生进行检查。

[hiː; hi]

He
他

他

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	106	]
[	页	-	]

[第106页]

[wɪl] , [ɪn] [məʊst] [keɪsɪz] , [faɪnd] [spʃt] ['spʌndʒi] [grəʊθ] [kɔːld] ['ædənɔɪdz] [ɪn] [ðə; ði] [bæk] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [nəʊz] .

will	,	in	most	cases	,	find	soft	spongy	growths	called	adenoids	in	the	back	part	of	the	nose	.
将要	,	在	最多	案例	,	寻找	柔软的	海绵状的	增长	称为	腺样体	在	这	后退	部分	的	这	鼻子	.

大多数情况下，会在鼻腔后部发现称为腺样体的柔软海绵状增生组织。

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [rɪ'muːvd] [æz; əz] [suːn] [æz; əz] ['pɒsəb(ə)l] .

They	should	always	be	removed	as	soon	as	possible	.
他们	应该	总是	是	已移除	作为	很快	作为	可能的	.

应该尽快清除。

[ðeɪ] [meɪ] [kɔːz] [dɪˈziːz] [ɔː(r)] ['defnəs] [ænd; ənd] [meɪ] ['iːv(ə)n]['ɪndʒə(r)][ðə; ði][maɪnd] .

They	may	cause	disease	or	deafness	and	may	even	injure	the	mind	.
他们	可能	原因	疾病	或者	耳聋	和	可能	甚至	损伤	这	头脑	.

它们可能导致疾病或耳聋，甚至可能损害大脑。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [vjuː] [ɒv; əv][ðə; ði] [vɔɪs] [bɒks][frɒm; frəm][ðə; ði][tɒp] .

59	—	A	view	of	the	voice	box	from	the	top	.
-	—	一个	看法	的	这	嗓音	盒子	从	这	顶部	.

59 —从上方看到的声带。

[ðə; ði] [vɔɪs] . — [ɪn][ðə; ði] ['ʌpə(r)] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði] [vɔɪs] [bɒks][æt; ət][ðə; ði][tɒp][ɒv; əv][ðə; ði] ['wɪndpaɪp]

The	Voice	.	—	In	the	upper	part	of	the	voice	box	at	the	top	of	the	windpipe
这	嗓音	.	—	在	这	上	部分	的	这	嗓音	盒子	在	这	顶部	的	这	气管

[ɪz][ə; eɪ][fəʊld][ɒv; əv] ['tɪʃuː] [stretʃt] [ɒn]['aɪðə(r)] [saɪd] .

is	a	fold	of	tissue	stretched	on	either	side	.
是	一个	折叠	的	组织	拉伸	在	任何一个	边	.

声音——在喉部上方、气管顶端，有一层向两侧拉伸的组织褶皱。

[ðiːz] [tuː] [fəʊldz][ɒv; əv] ['tɪʃuː] [fɔːm] [ðə; ði]['vəʊk(ə)l] [kɔːdz] .

These	two	folds	of	tissue	form	the	vocal	cords	.
这些	二	折叠	的	组织	形式	这	声乐	绳索	.

这两层组织构成了声带。

[ðə; ði][eə(r)] ['rʌʃɪŋ] [pɑːst][ðem; ðəm] ['kɔːzɪz] [saʊnd] .

The	air	rushing	past	them	causes	sound	.
这	空气	匆忙	过去的	他们	原因	声音	.

空气从它们身边呼啸而过，产生声音。

[ðə; ði] ['dɪfrənt] [saʊndz] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [baɪ] ['stretʃɪŋ] [ðə; ði] [kɔːdz] [taɪt] [ɔː(r)] ['luːsli] .

The	different	sounds	are	made	by	stretching	the	cords	tight	or	loosely	.
这	不同的	声音	是	制成	经过	伸展	这	绳索	紧的	或者	松散地	.

通过拉紧或放松琴弦，可以发出不同的声音。

[baɪ] [miːnz] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʌŋ] , [tiːθ] , [ænd; ənd][lɪps][ðə; ði] [saʊnd] [ɪz] [fɔːmd] ['ɪntuː] [wɜːdz] .

By	means	of	the	tongue	,	teeth	,	and	lips	the	sound	is	formed	into	words	.
经过	方法	的	这	舌头	,	牙齿	,	和	嘴唇	这	声音	是	形成	进入	字	.

通过舌头、牙齿和嘴唇，声音被发出并组成词语。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	107	]
[	页	-	]

[第107页]

[haʊ] [tuː; tə][juːz][ðə; ði] [vɔɪs] . — [ə; eɪ][kəʊld][ɔː(r)] [mʌtʃ] ['ʃaʊtɪŋ] [meɪks] [ðə; ði]['vəʊk(ə)l] [kɔːdz] [swel]

How	to	use	the	Voice	.	—	A	cold	or	much	shouting	makes	the	vocal	cords	swell
如何	到	使用	这	嗓音	.	—	一个	寒冷的	或者	很多	喊叫	制作	这	声乐	绳索	膨胀

[ænd; ənd][wiː; wi] [bɪ'kʌm] [hɔːs] .

and	we	become	hoarse	.
和	我们	变得	嘶哑	.

如何使用嗓音——感冒或大声喊叫会导致声带肿胀，使我们声音嘶哑。

[rest] [ɪz][ðə; ði] [best] [kjʊə(r)] .

Rest	is	the	best	cure	.
休息	是	这	最好的	治愈	.

休息是最好的良药。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [nɒt] [pəˈlaɪt] [tuː; tə] [ʃaʊt] [ɔː(r)] [ˈwɪs(ə)l] [ɪn][ðə; ði] [haʊs] [ænd; ənd][juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][ˈnevə(r)][juːz]

It	is	not	polite	to	shout	or	whistle	in	the	house	and	you	should	never	use
它	是	不是	有礼貌的	到	喊	或者	哨	在	这	房子	和	你	应该	绝不	使用

[æn; ən][ˈæŋgri] [təʊn] [ɒv; əv] [vɔɪs] .

an	angry	tone	of	voice	.
一个	生气的	语气	的	嗓音	.

在屋里大声喧哗或吹口哨是不礼貌的，而且绝对不能用愤怒的语气说话。

[wen] [ˈtɔːkɪŋ] [tuː; tə][ə; eɪ][ˈpɜːs(ə)n] ,

When	talking	to	a	person	,
什么时候	说	到	一个	人	,

与人交谈时，

[ˈɔːlweɪz] [spiːk] [dɪˈstɪŋktli] [bʌt; bət] [ˈplezntli] [ænd; ənd] [tɜːn] [jɔː(r); jə(r)] [feɪs] [təˈwɔːd] [hɪz; ɪz][ænd; ənd]

always	speak	distinctly	but	pleasantly	and	turn	your	face	toward	his	and
总是	说话	明显地	但	愉快	和	转动	你的	脸	朝向	他的	和

[lʊk] [dəˈrektli] [ˈɪntuː][hɪz; ɪz] [aɪz] .

look	directly	into	his	eyes	.
看	直接地	进入	他的	眼睛	.

说话要清晰但语气要和蔼，脸要转向他，直视他的眼睛。

[ˈnevə(r)][juːz][ə; eɪ] [hɑːʃ] , [laʊd] [təʊn] [ɒv; əv] [vɔɪs] .

Never	use	a	harsh	,	loud	tone	of	voice	.
绝不	使用	一个	残酷的	,	大声	语气	的	嗓音	.

切勿使用刺耳、大声的语气说话。

[waɪ] [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [spɪt] [ɒn] [flɔːz] [ɔː(r)] [ˈsaɪdwɔːk] . — [wiː; wi] [juːst] [tuː; tə] [θɪŋk] [ðæt] [ˈeni] [wʌn]

Why	you	should	not	spit	on	Floors	or	Sidewalks	.	—	We	used	to	think	that	any	one
为什么	你	应该	不是	吐	在	楼层	或者	人行道	.	—	我们	用过的	到	思考	那	任何	一

[wel] [hæd; həd][nəʊ][dʒɜːrmz][ɒv; əv] [ˈsɪknəs] [ɪn][hɪz; ɪz] [maʊθ] ,

well	had	no	germs	of	sickness	in	his	mouth	,
出色地	有	不	细菌	的	疾病	在	他的	嘴	,

为什么不应该在地板或人行道上吐痰——我们过去认为，任何健康的人嘴里都不会有病菌，

[bʌt; bət][wiː; wi] [naʊ] [nəʊ] [ðæt] [ˈmeni] [wel] [pˈɜːsənz] [hæv; həv][dʒɜːrmz][ɪn][ðeə(r)] [maʊðz] [wɪtʃ]

but	we	now	know	that	many	well	persons	have	germs	in	their	mouths	which
但	我们	现在	知道	那	许多	出色地	人	有	细菌	在	他们的	嘴	哪个

[kæn; kən] [kɔːz] [lɒŋ] [ˈsɪknəs] [wen] [ðeɪ] [get][ˈɪntuː][ˈʌðə(r)] [pˈɜːsənz] .

can	cause	long	sickness	when	they	get	into	other	persons	.
能	原因	长的	疾病	什么时候	他们	得到	进入	其他	人	.

但我们现在知道，很多健康人的口腔中都含有细菌，这些细菌一旦传染给其他人，就会导致长期疾病。

[ɪf] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [sɪk] [wɪð] [dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] , [ˈskɑːlət] [ˈfiːvə(r)] , [ɔː(r)][sɔː(r)] [θrəʊt] ,

If	you	are	sick	with	diphtheria	,	scarlet	fever	,	or	sore	throat	,
如果	你	是	生病的	和	白喉	,	猩红	发烧	,	或者	疮	喉	,

如果您患有白喉、猩红热或咽喉痛，

[ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv][ðə; ði] [dɪˈziːz] [ɑː(r); ə(r)] [ˈlaɪkli] [tuː; tə] [rɪˈmeɪn] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [maʊθ] [tuː] [ɔː(r)] [θriː]

the	germs	of	the	disease	are	likely	to	remain	in	your	mouth	two	or	three
这	细菌	的	这	疾病	是	可能	到	保持	在	你的	嘴	二	或者	三

[mʌnθs] .

months	.
几个月	.

这种疾病的病菌很可能在你的口腔中停留两到三个月。

[pˈɜːsənz] [wɪð] [tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs] [θrəʊ] [aʊt] [mˈɪliənz] [ɒv; əv] [ðiːz] [dʒɜːrmz][ɪn][ðeə(r)][spɪt] [ˈevri] [deɪ] .

Persons	with	tuberculosis	throw	out	millions	of	these	germs	in	their	spit	every	day	.
人	和	结核	扔	出去	百万	的	这些	细菌	在	他们的	吐	每一个	天	.

肺结核患者每天通过唾液排出数百万个结核杆菌。

['spɪtɪŋ] [ɪz][nɒt]['əʊnli][æn; ən] [ˌʌn'kliːn] ['hæbɪt][bʌt; bət][ə; eɪ] ['dedli] [kɜːs] .

Spitting	is	not	only	an	unclean	habit	but	a	deadly	curse	.
吐痰	是	不是	仅有的	一个	不洁	习惯	但	一个	致命	诅咒	.

吐痰不仅是不卫生的习惯，而且是一种致命的诅咒。

[spɪt] ['ɒf(ə)n] [kən'teɪnz] [ðə; ði] [siːdz] [ɒv; əv] [deθ] .

Spit	often	contains	the	seeds	of	death	.
吐	经常	包含	这	种子	的	死亡	.

唾液中往往含有死亡的种子。

['wɪmɪnz] [skɜːrts][ænd; ənd][ðə; ði] [səʊls] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['ʃuːz] ['kæri] [ˌaɪ 'tiː]['ɪntuː][ðə; ði] ['haʊzɪz] .

Women's	skirts	and	the	soles	of	our	shoes	carry	it	into	the	houses	.
女性的	裙子	和	这	鞋底	的	我们的	鞋	携带	它	进入	这	房屋	.

女人的裙子和鞋底会将它带进屋里。

[ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] [draɪ] , [bʌt; bət][ðə; ði][dʒɜːrmz][lɪv; laɪv][ænd; ənd] [fləʊt] [ə'baʊt] [ɪn][ðə; ði] [dʌst] ,

It	becomes	dry	,	but	the	germs	live	and	float	about	in	the	dust	,
它	变成	干燥	,	但	这	细菌	居住	和	漂浮	关于	在	这	灰尘	,

虽然灰尘会变干，但细菌仍然存活并在灰尘中漂浮。

[ðen] ['entə(r)][ðə; ði] [maʊθ] [tuː; tə] [meɪk] [ˌjuː 'es] [sɪk] .

then	enter	the	mouth	to	make	us	sick	.
然后	进入	这	嘴	到	制作	我们	生病的	.

然后进入口腔使我们生病。

['keələsnəs] [wɪð] [spɪt] [ɪz] [sed] [tuː; tə] [kɔːz] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['deθs] ['evri] [deɪ] [ɪn]

Carelessness	with	spit	is	said	to	cause	more	than	a	hundred	deaths	every	day	in
疏忽	和	吐	是	说	到	原因	更多的	比	一个	百	死亡人数	每一个	天	在

['aʊə(r)][lænd] .

our	land	.
我们的	土地	.

据说，我国每天因随意吐痰造成的死亡人数超过一百人。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ə; eɪ] [haʊs] [flaɪ][ɒn][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [bred] .

60	—	Photograph	of	a	house	fly	on	a	piece	of	bread	.
-	—	照片	的	一个	房子	飞	在	一个	片	的	面包	.

60 —一张家蝇停在面包上的照片。

[ðɪs] [flaɪ][hæd; həd] [biːn] ['fiːdɪŋ] [ɒn] [spɪt][ænd; ənd][ə; eɪ] ['stʌdi] [ɒv; əv][ɪts] [legz][ænd; ənd] ['bɒdi] [ʃəʊd]

This	fly	had	been	feeding	on	spit	and	a	study	of	its	legs	and	body	showed
这	飞	有	到过	喂养	在	吐	和	一个	学习	的	它是	腿	和	身体	显示

[mɔː(r)][dʒɜːrmz]['prez(ə)nt][ðæn; ðən][ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)] [heəz] [ɒn][ə; eɪ] ['pɜːrsənz] [hed] .

more	germs	present	than	there	are	hairs	on	a	person's	head	.
更多的	细菌	展示	比	那里	是	头发	在	一个	人的	头	.

这只苍蝇以唾液为食，对其腿和身体的研究表明，其携带的细菌比人头上的头发还多。

[duː; də] [nɒt] [juːz] [æn; ən]['əʊpən] [spɪ'tuːn] . — [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [mʌtʃ] [sefə] [tuː; tə][hæv; həv][ə; eɪ]['smɔːlpɒks]

Do	not	use	an	Open	Spittoon	.	—	It	is	much	safer	to	have	a	smallpox
做	不是	使用	一个	打开	痰盂	.	—	它	是	很多	更安全	到	有	一个	天花

['peɪʃ(ə)nt][ɪn][ðə; ði] [haʊs] [ðæn; ðən][æn; ən]['əʊpən]

patient	in	the	house	than	an	open
病人	在	这	房子	比	一个	打开

不要使用敞口痰盂。——让天花病人待在家里比让病人待在家里安全得多。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	108	]
[	页	-	]

[spɪˈtuːn] [ɪn][ðə; ði] [ˈsʌmə(r)] .

spittoon	in	the	summer	.
痰盂	在	这	夏天	.

夏天用痰盂。

[juː; jʊ][kæn; kən] [prɪˈvent] [ðə; ði][ˈsmɔːlpɒks][baɪ][ˌvæksɪˈneɪʃ(ə)n] ,

You	can	prevent	the	smallpox	by	vaccination	,
你	能	防止	这	天花	经过	疫苗接种	,

你可以通过接种疫苗来预防天花。

[bʌt; bət][juː; jʊ] [ˈkænɒt] [kiːp] [ðə; ði] [flaɪz] [frɒm; frəm] [ˈkæriɪŋ] [ten] [ˈθaʊz(ə)nd] [dʒɜːrmz][ɒv; əv] [deθ]

but	you	cannot	keep	the	flies	from	carrying	ten	thousand	germs	of	death
但	你	不能	保持	这	苍蝇	从	携带	十	千	细菌	的	死亡

[frɒm; frəm][ðə; ði] [spɪˈtuːn] [tuː; tə][ðə; ði] [fuːd] [ɒn][ðə; ði][ˈteɪb(ə)l] .

from	the	spittoon	to	the	food	on	the	table	.
从	这	痰盂	到	这	食物	在	这	桌子	.

但是你无法阻止苍蝇将痰盂中的一万个致命细菌带到餐桌上的食物上。

[ə; eɪ] [ˈmɪljən] [dʒɜːrmz][hæv; həv] [biːn] [faʊnd] [ɒn][ə; eɪ][ˈsɪŋg(ə)l][flaɪ] .

A	million	germs	have	been	found	on	a	single	fly	.
一个	百万	细菌	有	到过	成立	在	一个	单身的	飞	.

一只苍蝇身上就发现了上百万个细菌。

[spɪt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [drɒpt] [ˈɪntuː][ə; eɪ] [kʌp] [wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [ˈkʌvəd] [wen] [nɒt] [ˈbiːɪŋ]

Spit	should	be	dropped	into	a	cup	which	should	be	kept	covered	when	not	being
吐	应该	是	掉落	进入	一个	杯子	哪个	应该	是	保留	涵盖	什么时候	不是	存在

[juːst] .

used	.
用过的	.

唾液应滴入杯子中，不用时应盖好杯子。

[ðə; ði][spɪt] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [dɪˈstrɔɪd] [baɪ][ˈfaɪə(r)][ɔː(r)][sʌm; səm][dʒɜːm] - [ˈkɪlɪŋ] [ˈfluːɪd] , [sʌtʃ] [æz; əz] [laɪ]

The	spit	should	be	destroyed	by	fire	or	some	germ	-	killing	fluid	,	such	as	lye
这	吐	应该	是	损毁	经过	火	或者	一些	细菌	-	杀	体液	,	这样的	作为	碱液

[ɔː(r)][ˈfɔːm(ə)lɪn] .

or	formalin	.
或者	福尔马林	.

唾液应该用火或一些杀菌液（如碱液或福尔马林）销毁。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [æn; ən][ɪgˈzækt] [ˈdrɔːɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði][dʒɜːrmz][ɪn][ə; eɪ] [spɒt] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][ə; eɪ][ˈpɪəriəd] ,

61	—	An	exact	drawing	of	the	germs	in	a	spot	as	large	as	a	period	,
-	—	一个	精确的	绘画	的	这	细菌	在	一个	点	作为	大的	作为	一个	时期	,

61——精确描绘出一个句号大小的区域内所有细菌的示意图，

[ɒn][ðə; ði] [edʒ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [ˈdrɪŋkɪŋ] [kʌp] .

on	the	edge	of	a	drinking	cup	.
在	这	边缘	的	一个	喝	杯子	.

在饮水杯的边缘。

[ˈkiːpɪŋ] [ˈsɪknəs] [əˈweɪ] [frɒm; frəm][ðə; ði] [θrəʊt] [ænd; ənd] [lʌŋz] . — [ɔːl] [ˈsɪknəs] [ɒv; əv][ðə; ði]

Keeping	Sickness	away	from	the	Throat	and	Lungs	.	—	All	sickness	of	the
保持	疾病	离开	从	这	喉	和	肺	.	—	全部	疾病	的	这

[θrəʊt] [ænd; ənd] [lʌŋz] [ɪz] [kɔːt] [frɒm; frəm][sʌm; səm][wʌn] [els] .

throat	and	lungs	is	caught	from	some	one	else	.
喉	和	肺	是	捕捉	从	一些	一	别的	.

预防咽喉和肺部疾病——所有咽喉和肺部疾病都是从别人那里传染的。

[ðə; ði][dʒɜːrmz][ɑː(r); ə(r)] [pɑːst] [frɒm; frəm][wʌn][tuː; tə] [ə'nʌðə(r)] [ɒn][ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] , [baɪ] ['sʌkɪŋ]

The	germs	are	passed	from	one	to	another	on	the	drinking	cup	,	by	sucking
这	细菌	是	通过了	从	一	到	其他	在	这	喝	杯子	,	经过	吸吮

['penslz] ,

pencils	,
铅笔	,

细菌会通过饮水杯、吮吸铅笔等方式在人与人之间传播。

['wetɪŋ] [ðə; ði]['fɪŋgə(r)][tuː; tə] [tɜːn] [ðə; ði]['peɪdʒɪz][ɒv; əv][ə; eɪ] [bʊk] ,

wetting	the	finger	to	turn	the	pages	of	a	book	,
润湿	这	手指	到	转动	这	页面	的	一个	书	,

用手指沾湿来翻书页，

[ɔː(r)] ['pʊtɪŋ] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [ɪn][ðə; ði] [nəʊz] [ɔː(r)] [maʊθ] .

or	putting	the	fingers	in	the	nose	or	mouth	.
或者	推杆	这	手指	在	这	鼻子	或者	嘴	.

或者把手指伸进鼻子或嘴里。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [dɪʃ] [ɒv; əv] [biːf] [brɒθ] ['dʒeli] [left] ['əʊpən] [tuː] ['mɪnɪts] [ɪn][ə; eɪ] [ruːm] ['biːɪŋ] [swept] .

62	—	A	dish	of	beef	broth	jelly	left	open	two	minutes	in	a	room	being	swept	.
-	—	一个	盘子	的	牛肉	肉汤	果冻	左边	打开	二	分钟	在	一个	房间	存在	扫荡	.

62 —一盘牛肉汤冻，在打扫房间时敞开放置了两分钟。

[iːtʃ] [spɒt] [ɪz][ə; eɪ] ['sɪti] [ɒv; əv] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv][dʒɜːrmz] [wɪtʃ] [gruː] [frɒm; frəm][wʌn][dʒɜːm] ['drɒpɪŋ]

Each	spot	is	a	city	of	thousands	of	germs	which	grew	from	one	germ	dropping
每个	点	是	一个	城市	的	数千	的	细菌	哪个	生长	从	一	细菌	下降

[ɒn][ðə; ði]['dʒeli] .

on	the	jelly	.
在	这	果冻	.

每个斑点都是一座由成千上万个细菌组成的城市，这些细菌都是由落在果冻上的一个细菌发展而来的。

[baɪ] ['kaʊntɪŋ] [ðə; ði] [spɒts] [juː; jʊ][kæn; kən] [tel] [haʊ] ['meni] [dʒɜːrmz] [fel] [frɒm; frəm][ðə; ði] [dʌst] [ɒn] [ðɪs]

By	counting	the	spots	you	can	tell	how	many	germs	fell	from	the	dust	on	this
经过	计数	这	地点	你	能	告诉	如何	许多	细菌	跌倒	从	这	灰尘	在	这

[dɪʃ] [θriː] ['ɪntʃɪz] [ɪn][daɪ'æmɪtə(r)] .

dish	three	inches	in	diameter	.
盘子	三	英寸	在	直径	.

通过数斑点，你可以知道有多少细菌从这个直径三英寸的盘子上的灰尘中落了下来。

[dʌst] [ɪz][ðə; ði]['pɑːtnə(r)][ɒv; əv] [dɪ'ziːz] .

Dust	is	the	partner	of	disease	.
灰尘	是	这	伙伴	的	疾病	.

灰尘是疾病的帮凶。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz]

It	contains
它	包含

它包含

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	109	]
[	页	-	]

[第109页]

[dʒɜːrmz] .

germs	.
细菌	.

细菌。

[əˈvɔɪd] [dʌst] .
Avoid dust .
避免 灰尘 .

避免灰尘。

[waɪp] [ʌp] [ðə; ði] [rʊmz; ruːmz] [wɪð] [ə; eɪ] [dæmp] [klɒθ] ; [ˈnevə(r)] [juːz] [ə; eɪ] [ˈfeðə(r)] [ˈdʌstə(r)] .
Wipe up the rooms with a damp cloth ; never use a feather duster .
擦拭 向上 这 房间 和 一个 潮湿 布 ; 绝不 使用 一个 羽毛 除尘器 .

用湿布擦拭房间；千万不要使用鸡毛掸子。

[əˈvɔɪd] [draɪ] [ˈswiːpɪŋ] .
Avoid dry sweeping .
避免 干燥 扫荡 .

避免干扫。

[juːz] [ə; eɪ] [ˈsʌkʃ(ə)n] [ˈkliːnə(r)] [ɔː(r)] [hæv; həv] [rʌgz] [wɪtʃ] [kæn; kən] [biː; bi] [kliːnd] [aʊt] [ɒv; əv] [dɔːz] .
Use a suction cleaner or have rugs which can be cleaned out of doors .
使用 一个 吸 清洁工 或者 有 地毯 哪个 能 是 已清洗 出去 的 门 .

使用吸尘器或铺设可以在室外清洗的地毯。

[gɪv] [ðə; ði] [lʌŋz] [freʃ] [eə(r)] [ænd; ənd] [diːp] [ˈbriːðɪŋ] [ænd; ənd] [ðə; ði] [ˈbɒdi] [gʊd] [fuːd] [ænd; ənd]
Give the lungs fresh air and deep breathing and the body good food and
给 这 肺 新鲜的 空气 和 深的 呼吸 和 这 身体 好的 食物 和
[ˈplenti] [ɒv; əv] [sliːp] [tuː; tə] [meɪk] [ˌaɪ ˈtiː] [səʊ] [strɒŋ] [ðæt] [dʒɜːrmz] [ˈkænɒt] [ˌəʊvəˈkʌm] [ˌaɪ ˈtiː] [wen] [ðeɪ]
plenty of sleep to make it so strong that germs cannot overcome it when they
很多 的 睡觉 到 制作 它 所以 强的 那 细菌 不能 克服 它 什么时候 他们
[ˈentə(r)] .
enter .
进入 .

让肺部呼吸新鲜空气，进行深呼吸；让身体摄入充足的食物和睡眠，使其变得非常强壮，这样细菌就无法入侵。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ˈfəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv] [kənˈsʌmpʃ(ə)n] [dʒɜːrmz] ,
63 — Photograph of consumption germs ,
- — 照片 的 消耗 细菌 ,

63 — 肺结核病菌照片，

[ðə; ði] [ˈtaɪni] [rɒdz] [wɪtʃ] [ˈɒf(ə)n] [grəʊ] [ænd; ənd] [kɔːz] [tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs] [ɪn] [ˈbɒdɪz] [ˈwiːkənd] [baɪ] [bɪə(r)]
the tiny rods which often grow and cause tuberculosis in bodies weakened by beer
这 微小的 杆 哪个 经常 生长 和 原因 结核 在 身体 减弱 经过 啤酒
[ɔː(r)] [ˈwɪski] .
or whisky .
或者 威士忌酒 .

这些微小的杆菌经常在因饮用啤酒或威士忌而身体虚弱的人体内生长，并引起结核病。

[mʌtʃ] [ɪnˈlɑːdʒd] .
Much enlarged .
很多 放大 .

尺寸大幅增大。

[ˌælkəˈhɒlɪk] [drɪŋk] [ænd; ənd] [ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] [məʊst] [ˈkɒmən] [dɪˈziːz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] [ɪz]
Alcoholic Drink and the Lungs . — The most common disease of the lungs is
酗酒者 喝 和 这 肺 . — 这 最多 常见的 疾病 的 这 肺 是
[tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs] .
tuberculosis .
结核 .

酒精饮料与肺部——肺部最常见的疾病是肺结核。

['nɪəli] [ɔ:l] ['bɑ:tendəz] [hu:] [sel] [strɒŋ] [drɪŋk] [teɪk] [sʌm; səm] [ðəm'selvz] .

Nearly	all	bartenders	who	sell	strong	drink	take	some	themselves	.
几乎	全部	调酒师	WHO	卖	强的	喝	拿	一些	他们自己	.

几乎所有售卖烈酒的调酒师自己都会喝一些。

['leɪtli] [ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [bi:n] ['lɜ:nɪd] [ɪn] ['dʒɜ:məni] [ðæt] [tju:ˌbɜ:kju'ləʊsɪs] ['kɔ:zɪz] [wʌn] [hɑ:f] [ɒv; əv] [ɔ:l]

Lately	it	has	been	learned	in	Germany	that	tuberculosis	causes	one	half	of	all
最近	它	有	到过	学习	在	德国	那	结核	原因	一	一半	的	全部

[ðə; ði] ['deθs] [ə'mʌŋ] ['bɑ:tendəz] .

the	deaths	among	bartenders	.
这	死亡人数	之中	调酒师	.

最近德国方面了解到，结核病导致了一半的酒吧招待死亡。

['ælkəhɒl] [wɒz; wəz]

Alcohol	was
酒精	曾是

酒精

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	110	]
[	页	-	]

[第110页]

[wʌns] [θɔ:t] [tu:; tə][bi:; bi][ə; eɪ] [gʊd] ['medsn; 'medɪsn][fɔ:(r); fə(r)] [lʌŋ] ['trʌb(ə)lz] ,

once	thought	to	be	a	good	medicine	for	lung	troubles	,
一次	想法	到	是	一个	好的	药品	为了	肺	麻烦	,

曾被认为是一种治疗肺部疾病的良药，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'ti:][hæz; həz] [bi:n] ['klɪəli] ['pru:vn; 'prəʊvn] [ðæt] [bɪə(r)][ænd; ənd] ['wɪski] ['wi:kən] [ðə; ði] [lʌŋz]

but	it	has	been	clearly	proven	that	beer	and	whisky	weaken	the	lungs
但	它	有	到过	清楚地	已证实	那	啤酒	和	威士忌酒	削弱	这	肺

[ænd; ənd] [meɪk] [ðem; ðəm] ['redi] [fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði][dʒɜ:rmz][ɒv; əv] [dɪ'zi:z] .

and	make	them	ready	for	the	germs	of	disease	.
和	制作	他们	准备好	为了	这	细菌	的	疾病	.

但已经明确证明，啤酒和威士忌会削弱肺部功能，使肺部更容易受到致病细菌的侵害。

[ðə; ði] ['bɒdi] [ɔ:l'redi] ['wi:kənd] [baɪ][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði]['ælkəhɒl][ɪz] [ðen] ['i:zəli] [ˌəʊvə'kʌm] [baɪ]

The	body	already	weakened	by	the	poison	of	the	alcohol	is	then	easily	overcome	by
这	身体	已经	减弱	经过	这	毒	的	这	酒精	是	然后	容易地	克服	经过

[ðə; ði] [dɪ'zi:z] .

the	disease	.
这	疾病	.

酒精毒素已经削弱了身体，此时疾病很容易侵袭身体。

[tə'bækəʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [lʌŋz] . — [ðə; ði] [ə'keɪʒən(ə)l] [ju:z][ɒv; əv][tə'bækəʊ] [dʌz] [nɒt] [si:m] [tu:; tə] [hɜ:t]

Tobacco	and	the	Lungs	.	—	The	occasional	use	of	tobacco	does	not	seem	to	hurt
烟草	和	这	肺	.	—	这	偶然	使用	的	烟草	做	不是	似乎	到	伤害

[ðə; ði] [lʌŋz] [wen] ['fʊli] [grəʊn] .

the	lungs	when	fully	grown	.
这	肺	什么时候	完全	生长	.

烟草与肺部——偶尔使用烟草似乎不会对成年人的肺部造成损害。

[ə; eɪ] ['stʌdi] [ɒv; əv] ['meni] [jʌŋ] [p'ɜ:sənz] [hæz; həz] [ʃəʊn] [ðæt] [ðə; ði] [tʃest] [ɒv; əv] ['smәʊkəz] [grəuz]

A	study	of	many	young	persons	has	shown	that	the	chest	of	smokers	grows
一个	学习	的	许多	年轻的	人	有	所示	那	这	胸部	的	吸烟者	生长

[mʌtʃ] [mɔ:(r)] ['sləʊli] [ðæn; ðən][ɪn] [ðəʊz] [hu:] [du:; də] [nɒt] [ju:z][tə'bækəʊ] .

much	more	slowly	than	in	those	who	do	not	use	tobacco	.
很多	更多的	缓慢地	比	在	那些	WHO	做	不是	使用	烟草	.

一项针对众多年轻人的研究表明，吸烟者的胸部发育速度比不吸烟者的胸部发育速度慢得多。

[æz; əz][ðə; ði] [lʌŋz] ['kænɒt] [grəʊ] ['eni] [fɑːstə(r)][ðæn; ðən][ðə; ði] [tʃest] ,

As	the	lungs	cannot	grow	any	faster	than	the	chest	,
作为	这	肺	不能	生长	任何	快点	比	这	胸部	,

由于肺部的生长速度不可能超过胸腔，

[ðeɪ] [mʌst; məst] [grəʊ] ['sləʊli] [ɪn] [bɔɪz] ['juːzɪŋ] [mʌtʃ] [tə'bækəʊ] .

they	must	grow	slowly	in	boys	using	much	tobacco	.
他们	必须	生长	缓慢地	在	男孩们	使用	很多	烟草	.

男孩大量吸烟会导致它们生长缓慢。

[tə'bækəʊ][ɪz][ə; eɪ] ['kɒmən] [kɔːz] [ɒv; əv][sɔː(r)] [θrəʊt] .

Tobacco	is	a	common	cause	of	sore	throat	.
烟草	是	一个	常见的	原因	的	疮	喉	.

吸烟是导致咽喉痛的常见原因之一。

['meni] ['sməʊkəz] [hæv; həv] [biːn] [kəm'peld] [tuː; tə] [kwɪt] [ðə; ði]['hæbɪt][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv] [θrəʊt] ['trʌb(ə)lz]

Many	smokers	have	been	compelled	to	quit	the	habit	because	of	throat	troubles
许多	吸烟者	有	到过	被迫	到	辞职	这	习惯	因为	的	喉	麻烦

.

:

.

许多吸烟者因为喉咙问题被迫戒烟。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[weə(r)] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [lʌŋz] [ləʊ'keɪtɪd] ? [ˌtuː'tuː] .

Where	are	the	lungs	located	?	2	.
在哪里	是	这	肺	位于	?	2	.

肺位于哪里？2.

[wɒt] [duː; də][ðə; ði] [tjuːbz] [ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] ['kæri] ? [θriː] .

What	do	the	tubes	in	the	lungs	carry	?	3	.
什么	做	这	管子	在	这	肺	携带	?	3	.

肺部的管道输送的是什么？3.

[wɒt] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði][eə(r)][duː; də][wiː; wi][juːz][ɪn][ðə; ði] ['bɒdi] ? [fɔːr] .

What	part	of	the	air	do	we	use	in	the	body	?	4	.
什么	部分	的	这	空气	做	我们	使用	在	这	身体	?	4	.

人体利用的是空气的哪一部分？4.

[tel] [haʊ] [ðə; ði][eə(r)] [gets] ['ɪntuː][ðə; ði] [lʌŋz] . [faɪv] .

Tell	how	the	air	gets	into	the	lungs	.	5	.
告诉	如何	这	空气	获得	进入	这	肺	.	5	.

5. 说明空气是如何进入肺部的。

[wɒt] ['pɑːsɪz] [frɒm; frəm][ðə; ði] [blʌd] ['ɪntuː][ðə; ði][eə(r)][sæks] ? [sɪks] .

What	passes	from	the	blood	into	the	air	sacs	?	6	.
什么	通过	从	这	血	进入	这	空气	囊	?	6	.

6. 血液中哪些物质会进入肺泡?

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi] [briːð] [θruː] [ðə; ði] [nəʊz] ? ['sɛvən] .

Why	should	we	breathe	through	the	nose	?	7	.
为什么	应该	我们	呼吸	通过	这	鼻子	?	7	.

我们为什么要用鼻子呼吸？7.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [kiːp] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [ə'weɪ] [frɒm; frəm][ðə; ði] [nəʊz] ? [eit] .

Why	should	you	keep	the	fingers	away	from	the	nose	?	8	.
为什么	应该	你	保持	这	手指	离开	从	这	鼻子	?	8	.

为什么要让手指远离鼻子？8.

[wɒt] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði]['vəʊk(ə)l] [kɔːdz] ? [naɪn] .

What	are	the	vocal	cords	?	9	.
什么	是	这	声乐	绳索	?	9	.

声带是什么？9.

[gɪv] [tuː] ['riːz(ə)nz] [waɪ] [nəʊ][wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [spɪt] [ɒn][ðə; ði][flɔː(r)] . - .

Give	two	reasons	why	no	one	should	spit	on	the	floor	.	10	.
给	二	原因	为什么	不	一	应该	吐	在	这	地面	.	-	.

请列举两个任何人都不应该随地吐痰的理由。10.

[tel] [haʊ] ['ælkəhɒl][hɑːrmz][ðə; ði] [lʌŋz] .

Tell	how	alcohol	harms	the	lungs	.
告诉	如何	酒精	危害	这	肺	.

说明酒精是如何损害肺部的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	111	]
[	页	-	]

[第111页]

['tʃæptə(r)] ['ɛks'viː]

CHAPTER	XV
章	十五

第十五章

[freʃ] [eə(r)][ænd; ənd] [helθ]

FRESH	AIR	AND	HEALTH
新鲜的	空气	和	健康

新鲜空气与健康

[haʊ] [mʌtʃ] [eə(r)][wiː; wi] [briːð] . — [æt; ət] ['evri] [breθ] [wiː; wi] [teɪk] [ɪn] [ə'baʊt] [wʌn][paɪnt][ɒv; əv][eə(r)]

How	much	Air	we	Breathe	.	—	At	every	breath	we	take	in	about	one	pint	of	air
如何	很多	空气	我们	呼吸	.	—	在	每一个	气息	我们	拿	在	关于	一	品脱	的	空气

.

:

.

我们呼吸多少空气？——每次呼吸我们大约吸入一品脱空气。

[wiː; wi] [briːð] [ˌeɪ'tiːn] [taɪmz] [iːtʃ] ['mɪnɪt] .

We	breathe	eighteen	times	each	minute	.
我们	呼吸	十八	时代	每个	分钟	.

我们每分钟呼吸十八次。

[naɪn] [kwɔːts] [ɒv; əv][eə(r)] ['ðeəfɔː(r)] [pɑːs] [ɪn][ænd; ənd] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] ['evri] ['mɪnɪt] .

Nine	quarts	of	air	therefore	pass	in	and	out	of	the	lungs	every	minute	.
九	夸脱	的	空气	所以	经过	在	和	出去	的	这	肺	每一个	分钟	.

因此，每分钟有九夸脱空气进出肺部。

[eə(r)][wʌns] [briːðd] [ɪz] [nɒt] [fɪt] [tuː; tə] [briːð] [ə'gen] .

Air	once	breathed	is	not	fit	to	breathe	again	.
空气	一次	呼吸	是	不是	合身	到	呼吸	再次	.

吸入过的空气就不适合再次呼吸了。

[ˌaɪ 'tiː] [kən'teɪnz] [weɪst] [ænd; ənd] ['kɑːbən] [daɪ'ɒksaɪd] [wɪtʃ] ['wiːkən] [ðə; ði] ['bɒdi] .

It	contains	waste	and	carbon	dioxide	which	weaken	the	body	.
它	包含	浪费	和	碳	二氧化硫	哪个	削弱	这	身体	.

它含有废物和二氧化碳，会削弱身体机能。

[ɪf] [juː; jʊ] [briːð] [θriː] [fʊl] [breθs] ['ɪntuː][ə; eɪ] [waɪd] - [maʊðd] [dʒɑː(r)][ɔː(r)]['bɒt(ə)l] ,

If	you	breathe	three	full	breaths	into	a	wide	-	mouthed	jar	or	bottle	,
如果	你	呼吸	三	满的	呼吸	进入	一个	宽的	-	嘴巴	罐	或者	瓶子	,

如果你对着一个广口瓶或罐子深吸三口气，

[ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] [kənˈteɪn] [səʊ] [mʌtʃ] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [ˈkɑːbən] [daɪˈɒksaɪd] [ðæt] [ə; eɪ] [ˈlaɪtɪd] [ˈkænd(ə)l][ɔː(r)][ˈsplɪntə(r)]

it	will	contain	so	much	of	the	carbon	dioxide	that	a	lighted	candle	or	splinter
它	将要	包含	所以	很多	的	这	碳	二氧化硫	那	一个	照明	蜡烛	或者	碎片

[wɪl] [æt; ət] [wʌns] [gəʊ] [aʊt] [wen] [θrʌst] [ˈɪntuː][ðə; ðɪ][dʒɑː(r)] .

will	at	once	go	out	when	thrust	into	the	jar	.
将要	在	一次	去	出去	什么时候	推力	进入	这	罐	.

它会含有大量的二氧化碳，以至于点燃的蜡烛或木屑一插入罐子里就会立刻熄灭。

[ə; eɪ][kæt] [ʃʌt] [ɪn][ə; eɪ] [taɪt] [bɒks] [tuː] [fiːt] [skweə(r)][ænd; ənd][wʌn] [fʊt] [haɪ] [wɪl] [daɪ][ɪn] [les]

A	cat	shut	in	a	tight	box	two	feet	square	and	one	foot	high	will	die	in	less
一个	猫	关闭	在	一个	紧的	盒子	二	脚	正方形	和	一	脚	高的	将要	死	在	较少的

[ðæn; ðən][ə; eɪ][hɑːf][ˈaʊə(r)] .

than	a	half	hour	.
比	一个	一半	小时	.

一只猫被关在一个两英尺见方、一英尺高的狭小盒子里，不到半小时就会死亡。

[ˈmeni] [jˈiəz] [əˈgəʊ] [wen] [ðə; ðɪ] [ˈbrɪtɪʃ] [ænd; ənd] [ˈhɪndʊ] [ˈsəʊldʒəz][wɜː(r); wə(r)] [ˈfaɪtɪŋ] [iːtʃ] [ˈʌðə(r)] ,

Many	years	ago	when	the	British	and	Hindoo	soldiers	were	fighting	each	other	,
许多	年	前	什么时候	这	英国	和	印度教	士兵	是	斗争	每个	其他	,

很多年前，当英国士兵和印度士兵交战时，

[ðə; ðɪ] [ˈhɪndʊ] [meɪd] [ˈprɪznər] [ɒv; əv] - [ɒv; əv][ðə; ðɪ] [ˈbrɪtɪʃ] [ænd; ənd] [lɒkt] [ðem; ðəm][ɪn][ə; eɪ]

the	Hindoos	made	prisoners	of	146	of	the	British	and	locked	them	in	a
这	印度教徒	制成	囚犯	的	-	的	这	英国	和	已锁定	他们	在	一个

[ruːm] [əˈbaʊt] [wʌn] [hɑːf][æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][ə; eɪ] [ˈkɒmən] [ˈskuːlruːm; ˈskuːlrʊm] .

room	about	one	half	as	large	as	a	common	schoolroom	.
房间	关于	一	一半	作为	大的	作为	一个	常见的	教室	.

印度教徒俘虏了 146 名英国人，并将他们锁在一个大约只有普通教室一半大小的房间里。

[ðeə(r)] [wɜː(r); wə(r)][ˈəʊnli] [tuː] [smɔːl] [ˈwɪndəʊz] .

There	were	only	two	small	windows	.
那里	是	仅有的	二	小的	视窗	.

只有两扇小窗户。

[ˈdjʊərɪŋ][ðə; ðɪ] [naɪt] - [ɒv; əv] [ðiːz] [men] [daɪd][bɪˈkəz; bɪˈkɒz][ɒv; əv][ðə; ðɪ][bæd][eə(r)] .

During	the	night	123	of	these	men	died	because	of	the	bad	air	.
期间	这	夜晚	-	的	这些	男人	死亡	因为	的	这	坏的	空气	.

当晚，这123人因空气污染而死亡。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ðɪ][dəˈrekʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ðɪ] [fleɪm] [ɒv; əv][ðə; ðɪ][ˈkænd(ə)l] [ʃəʊz] [haʊ] [ðə; ðɪ] [freʃ] [eə(r)] [ˈentəz]

64	—	The	direction	of	the	flame	of	the	candle	shows	how	the	fresh	air	enters
-	—	这	方向	的	这	火焰	的	这	蜡烛	演出	如何	这	新鲜的	空气	进入

[ænd; ənd][ðə; ðɪ][bæd][eə(r)] [liːvz] [ə; eɪ] [ruːm] .

and	the	bad	air	leaves	a	room	.
和	这	坏的	空气	树叶	一个	房间	.

64——蜡烛火焰的方向显示了新鲜空气如何进入房间，污浊空气如何离开房间。

[haʊ] [mʌtʃ] [eə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [ˈentə(r)][ə; eɪ] [ruːm] . — [ðə; ðɪ][eə(r)] [ˈleɪdn] [wɪð] [weɪst] [ˈkʌmɪŋ] [aʊt] [ɒv; əv]

How	much	Air	should	enter	a	Room	.	—	The	air	laden	with	waste	coming	out	of
如何	很多	空气	应该	进入	一个	房间	.	—	这	空气	满载	和	浪费	未来	出去	的

[ðə; ðɪ] [lʌŋz] [ˈkwɪkli] [ˈmɪksɪz] [wɪð] [ðə; ðɪ][ˈʌðə(r)][eə(r)][ɒv; əv][ðə; ðɪ] [ruːm] .

the	lungs	quickly	mixes	with	the	other	air	of	the	room	.
这	肺	迅速地	混合	和	这	其他	空气	的	这	房间	.

房间里应该有多少空气？——从肺部排出的含有废物的空气会迅速与房间里的其他空气混合。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ]
In this way
在 这 方式

这样

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 112]
[页 -]

[第112页]

[ɔːl] [ɒv; əv] [ðə; ði] [eə(r)] [ɪn] [ðə; ði] [ruːm] [suːn] [bɪˈkʌmz] [ɪmˈpjʊə(r)] .
all of the air in the room soon becomes impure .
全部 的 这 空气 在 这 房间 很快 变成 不纯 .

房间里的空气很快就会变得不洁净。

['fɔːti] ['tʃɪldrən] [wɪl] [gɪv] [aʊt] ['nɪəli] [tuː] ['bærəlz] [ɒv; əv] [eə(r)] [ɪn] [wʌn] ['mɪnɪt] .
Forty children will give out nearly two barrels of air in one minute .
四十 孩子们 将要 给 出去 几乎 二 桶 的 空气 在 一 分钟 .

四十个孩子一分钟内会排出近两桶空气。

[ɪn] [əˈnʌðə(r)] ['mɪnɪt] [ðɪs] [eə(r)] [hæz; həz] [meɪd] [ɔːl] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] [eə(r)] [ɪn] [ðə; ði] [ruːm] [ˌʌnˈkliːn] .
In another minute this air has made all of the other air in the room unclean .
在 其他 分钟 这 空气 有 制成 全部 的 这 其他 空气 在 这 房间 不洁 .

又过了一分钟，这股空气就把房间里其他所有的空气都污染了。

[ˌaɪ ˈtiː] [kæn; kən] [stɪl] [biː; bi] [briːðd] , [bʌt; bət] [ˌaɪ ˈtiː] [meɪks] ['tʃɪldrən] [fiːl] ['draʊzi] [ænd; ənd] ['leɪzi]
It can still be breathed , but it makes children feel drowsy and lazy
它 能 仍然 是 呼吸 , 但 它 制作 孩子们 感觉 昏昏欲睡 和 懒惰的
[ænd; ənd] [meɪ] [kɔːz] ['hedeɪk] .
and may cause headache .
和 可能 原因 头痛 .

虽然还能吸入，但会让孩子感到昏昏欲睡、懒散，还可能引起头痛。

[ðeɪ] [ðen] [duː; də] [pɔː(r); pʊə(r)] [wɜːk] .
They then do poor work .
他们 然后 做 贫穷的 工作 .

然后他们就工作做得不好。

[tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [eə(r)] [pjʊə(r)] [ɪn] [ə; eɪ] [ruːm] , [freʃ] [eə(r)] [mʌst; məst] [biː; bi] [let] [ɪn] [frɒm; frəm] [ðə; ði]
To keep the air pure in a room , fresh air must be let in from the
到 保持 这 空气 纯的 在 一个 房间 , 新鲜的 空气 必须 是 让 在 从 这
[ˌaʊtˈsaɪd] .
outside .
外部 .

为了保持室内空气清洁，必须让室外的新鲜空气进入。

[ɪf] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['meni] [ɪn] [ðə; ði] [ruːm] ,
If there are many in the room ,
如果 那里 是 许多 在 这 房间 ,

如果房间里人很多，

[ðə; ði] ['oʊpənɪŋz] [mʌst; məst] [biː; bi] [lɑːdʒ] [ɔː(r)] [fænz] [ɒn] [ə; eɪ] [wiːl] [mʌst; məst] [biː; bi] [juːst] [tuː; tə] [fɔːs]
the openings must be large or fans on a wheel must be used to force
这 开口 必须 是 大的 或者 粉丝 在 一个 车轮 必须 是 用过的 到 力量
[ðə; ði] [eə(r)] [ɪn] .
the air in .
这 空气 在 .

开口必须足够大，或者必须使用带轮风扇强制空气进入。

[ɪn] [ðə; ði] [nju:] [jɔ:k] [sku:lz] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['əʊvə(r)] [ə; eɪ] ['kju:bɪk] [jɑ:d] [ɒv; əv] [freʃ] [eə(r)] [ɪz] [fɔ:st] ['ɪntu:]

In	the	New	York	schools	a	little	over	a	cubic	yard	of	fresh	air	is	forced	into
在	这	新的	约克	学校	一个	小的	超过	一个	立方体	院子	的	新鲜的	空气	是	强制	进入

[ðə; ði] [ru:m] [fɔ:(r); fə(r)] [i:tʃ] [tʃaɪld] ['evri] ['mɪnɪt] .

the	room	for	each	child	every	minute	.
这	房间	为了	每个	孩子	每一个	分钟	.

在纽约的学校里，每分钟每个孩子都会被强制送入教室略多于一立方码的新鲜空气。

[haʊ] [tu:; tə] [get] [freʃ] [eə(r)] ['ɪntu:] [ə; eɪ] [ru:m] . — [wen] [eə(r)] [ɪz] [wɔ:m] [ˌaɪ 'ti:] [bɪ'kʌmz] ['laɪtə(r)]

How	to	get	Fresh	Air	into	a	Room	.	—	When	air	is	warmed	it	becomes	lighter
如何	到	得到	新鲜的	空气	进入	一个	房间	.	—	什么时候	空气	是	温暖	它	变成	打火机

[ænd; ənd] ['raɪzɪz] .

and	rises	.
和	上升	.

如何让新鲜空气进入房间——空气受热后会变轻并上升。

[ɪn] ['meni] ['pʌblɪk] ['bɪldɪŋz] ,

In	many	public	buildings	,
在	许多	民众	建筑物	,

在许多公共建筑中，

[freʃ] [eə(r)] ['hi:tɪd] [baɪ] [ə; eɪ] ['fɜ:nɪs] [ɪz] [fɔ:st] ['ɪntu:] [ðə; ði] [rʊmz; ru:mz] [θru:] [paɪps] ['entərɪŋ]

fresh	air	heated	by	a	furnace	is	forced	into	the	rooms	through	pipes	entering
新鲜的	空气	加热	经过	一个	炉	是	强制	进入	这	房间	通过	管道	进入

['sevrəl] [fi:t] [ə'bʌv] [ðə; ði] [flɔ:(r)] .

several	feet	above	the	floor	.
一些	脚	多于	这	地面	.

炉子加热后的新鲜空气通过距离地面数英尺高的管道被强制送入房间。

[baɪ] [ə; eɪ] [fæn] [ɔ:(r)] ['hi:tɪd] [flu:] [ðə; ði] [ɪm'pjʊə(r)] [eə(r)] [ɪz] [sʌkt] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ru:m] [θru:]

By	a	fan	or	heated	flue	the	impure	air	is	sucked	out	of	the	room	through
经过	一个	扇子	或者	加热	烟道	这	不纯	空气	是	真烂	出去	的	这	房间	通过

['oʊpənɪŋz] [nɪə(r)] [ðə; ði] [flɔ:(r)] .

openings	near	the	floor	.
开口	靠近	这	地面	.

通过风扇或加热烟道，不洁净的空气从房间底部附近的开口被吸出。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [haʊ] [ðə; ði] ['wɪndəʊz] [ɒv; əv] [jɔ:(r); jə(r)] ['bedru:m] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] ['əʊpən] [tu:; tə] [get] [ðə; ði] [məʊst]

65	—	How	the	windows	of	your	bedroom	should	be	open	to	get	the	most
-	—	如何	这	视窗	的	你的	卧室	应该	是	打开	到	得到	这	最多

[freʃ] [eə(r)] .

fresh	air	.
新鲜的	空气	.

65 —卧室的窗户应该如何打开才能获得最大的新鲜空气。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	113	]
[	页	-	]

[第113页]

['tʃeɪndʒɪŋ] [ðə; ði] [eə(r)] [ɪn] [ə; eɪ] [ru:m] [ɪz] [kɔ:ld] [ˌventɪ'leɪʃn] .

Changing	the	air	in	a	room	is	called	ventilation	.
变化	这	空气	在	一个	房间	是	称为	通风	.

改变房间内的空气叫做通风。

[tuː; tə] [get] ['plenti] [ɒv; əv] [freɪ] [eə(r)] [ɪn] [ə; eɪ] [ruːm] [ðeə(r)] [mʌst; məst] [biː; bi] [wʌn] [ɔː(r)] [mɔː(r)] ['pleɪsɪz]

To	get	plenty	of	fresh	air	in	a	room	there	must	be	one	or	more	places
到	得到	很多	的	新鲜的	空气	在	一个	房间	那里	必须	是	一	或者	更多的	地方

[fɔː(r); fə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] ['entə(r)] [ænd; ənd] [wʌn] [ɔː(r)] [mɔː(r)] ['pleɪsɪz] [fɔː(r); fə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [pɑːs] [aʊt] .

for	it	to	enter	and	one	or	more	places	for	it	to	pass	out	.
为了	它	到	进入	和	一	或者	更多的	地方	为了	它	到	经过	出去	.

要想让房间里有充足的新鲜空气，就必须有一个或多个空气进入的通道和一个或多个空气排出的通道。

[weə(r)] [ðeə(r)] [ɪz] [nəʊ] ['fɜːnɪs] [ɔː(r)] [fæn] ,

Where	there	is	no	furnace	or	fan	,
在哪里	那里	是	不	炉	或者	扇子	,

没有暖气炉或风扇的地方，

['wɪndəʊz] [ɒn] [wʌn] [saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ruːm] [meɪ] [biː; bi] ['əʊpənd] [æt; ət] [ðə; ði] ['bɒtəm] [tuː; tə] [let] [ɪn] [ðə; ði]

windows	on	one	side	of	the	room	may	be	opened	at	the	bottom	to	let	in	the
视窗	在	一	边	的	这	房间	可能	是	打开	在	这	底部	到	让	在	这

[eə(r)] [ænd; ənd] [ðə; ði] [seɪm] ['wɪndəʊz] ['əʊpənd] [æt; ət] [ðə; ði] [tɒp] [tuː; tə] [let] [ðə; ði] [ɪm'pjʊə(r)] [eə(r)] [ɪ'skeɪp] .

air	and	the	same	windows	opened	at	the	top	to	let	the	impure	air	escape	.
空气	和	这	相同的	视窗	打开	在	这	顶部	到	让	这	不纯	空气	逃脱	.

房间一侧的窗户可以从下往上打开，让空气流通，同时也可以从上往下打开，让污浊的空气排出。

[duː; də] [nɒt] [sɪt] [ɪn] [ə; eɪ] [drɑːft] ,

Do	not	sit	in	a	draft	,
做	不是	坐	在	一个	草稿	,

不要坐在通风口，

[bʌt; bət] [juːz] [ə; eɪ] [bɔːd] [ɔː(r)] ['kɜːt(ə)n] [tuː; tə] [θrəʊ] [ðə; ði] [eə(r)] ['ʌpwəd] [æz; əz] [ˌaɪ 'tiː] ['entəz] [ðə; ði]

but	use	a	board	or	curtain	to	throw	the	air	upward	as	it	enters	the
但	使用	一个	木板	或者	窗帘	到	扔	这	空气	向上	作为	它	进入	这

['wɪndəʊ] .

window	.
窗户	.

但可以使用木板或窗帘将进入窗户的空气向上吹。

[ə; eɪ] [ruːm] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [kept] [tuː] [wɔːm] .

A	room	should	not	be	kept	too	warm	.
一个	房间	应该	不是	是	保留	也	温暖的	.

房间不宜过热。

['sɪtɪŋ] [ɪn] [ə; eɪ] ['veri] [wɔːm] [ruːm] ['wiːkən] [ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] [pri'pɛəz] [ˌaɪ 'tiː] [tuː; tə] [teɪk] [kəʊld] .

Sitting	in	a	very	warm	room	weakens	the	body	and	prepares	it	to	take	cold	.
坐着	在	一个	非常	温暖的	房间	减弱	这	身体	和	准备	它	到	拿	寒冷的	.

长时间待在温暖的房间里会削弱身体机能，使身体更容易受寒。

[ðə; ði] ['temprətʃə(r)] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['lɪvɪŋ] [ruːm] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [brɪ'twiːn] - [ænd; ənd] - [dɪ'griːz] .

The	temperature	of	a	living	room	should	be	between	65	and	70	degrees	.
这	温度	的	一个	活的	房间	应该	是	之间	-	和	-	学位	.

客厅的温度应该在65到70度之间。

[freʃ] [eə(r)] [waɪl] [juː; jʊ] [sliːp] . — [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] ['piːp(ə)l] [hæv; həv] ['wiːkənd] [ðeə(r)] ['bɒdɪz]

Fresh	Air	while	you	Sleep	.	—	Thousands	of	people	have	weakened	their	bodies
新鲜的	空气	尽管	你	睡觉	.	—	数千	的	人们	有	减弱	他们的	身体

[ænd; ənd] [brɔːt] [ɒn] [dɪ'ziːz] [baɪ] ['sliːpɪŋ] [ɪn] [bæd] [eə(r)] .

and	brought	on	disease	by	sleeping	in	bad	air	.
和	带来	在	疾病	经过	睡眠	在	坏的	空气	.

睡眠时呼吸新鲜空气——成千上万的人因为睡在污浊的空气中而身体虚弱，并患上疾病。

['meni] [p'ɜːsənz] [kiːp] [ðeə(r)] ['wɪndəʊz] [səʊ] ['taɪtli] [kləʊzd] ['djʊərɪŋ][ðə; ði] [naɪt] [ðæt] [ðə; ði][eə(r)] [smelz]

Many	**persons**	**keep**	**their**	**windows**	**so**	**tightly**	**closed**	**during**	**the**	**night**	**that**	**the**	**air**	**smells**
许多	人	保持	他们的	视窗	所以	紧紧	关闭	期间	这	夜晚	那	这	空气	气味

[bæd][ɪn][ðə; ði] ['mɔːnɪŋ] .

bad	**in**	**the**	**morning**	**.**
坏的	在	这	早晨	.

很多人晚上睡觉时把窗户关得严严实实，导致早上起来空气有异味。

[ai] [njuː] [ə; eɪ]['fæməli] [huː] ['ɔːlweɪz]

I	**knew**	**a**	**family**	**who**	**always**
我	知道	一个	家庭	WHO	总是

我认识一个总是

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**114**	**]**
[	页	-	]

[第114页]

[slept] [wɪð] ['wɪndəʊz] [kləʊzd] [ɪk'sept] [ɪn][ðə; ði] ['veri] ['wɔːrmɪst] ['weðə(r)] .

slept	**with**	**windows**	**closed**	**except**	**in**	**the**	**very**	**warmest**	**weather**	**.**
睡着了	和	视窗	关闭	除了	在	这	非常	最温暖	天气	.

除了天气特别热的时候，睡觉时窗户都是关着的。

[θriː] [ɒv; əv][ðə; ði] ['tʃɪldrən] [daɪd][ɒv; əv][tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs] ,

Three	**of**	**the**	**children**	**died**	**of**	**tuberculosis**	**,**
三	的	这	孩子们	死亡	的	结核	,

这三个孩子死于肺结核。

[ænd; ənd][ə; eɪ] [fɔːθ] [wʌn] [tʊk] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] [bʌt; bət][wɒz; wəz] [seɪvd] [baɪ] ['kiːpɪŋ] [hɪz; ɪz] ['wɪndəʊz]

and	**a**	**fourth**	**one**	**took**	**the**	**disease**	**but**	**was**	**saved**	**by**	**keeping**	**his**	**windows**
和	一个	第四	一	采取	这	疾病	但	曾是	已保存	经过	保持	他的	视窗

[waɪd] ['əʊpən] .

wide	**open**	**.**
宽的	打开	.

第四个人也感染了这种疾病，但他因为一直开着窗户而得救了。

[bæd][eə(r)][ɪn][ðə; ði] ['sliːpɪŋ] [ruːm] [meɪks] [wʌn] [fiːl] ['draʊzi] [ɪn][ðə; ði] ['mɔːnɪŋ] [ɪn'sted] [ɒv; əv]

Bad	**air**	**in**	**the**	**sleeping**	**room**	**makes**	**one**	**feel**	**drowsy**	**in**	**the**	**morning**	**instead**	**of**
坏的	空气	在	这	睡眠	房间	制作	一	感觉	昏昏欲睡	在	这	早晨	反而	的

[rɪ'freʃt] [baɪ] [sliːp] .

refreshed	**by**	**sleep**	**.**
焕然一新	经过	睡觉	.

卧室空气污浊，导致早上醒来昏昏欲睡，而不是睡醒后神清气爽。

[jɔː(r); jə(r)] ['wɪndəʊz] [ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi]['əʊpən] [waɪl] [juː; jʊ] [sliːp] .

Your	**windows**	**should**	**always**	**be**	**open**	**while**	**you**	**sleep**	**.**
你的	视窗	应该	总是	是	打开	尽管	你	睡觉	.

睡觉时窗户应该始终开着。

[ɪn][kəʊld] ['weðə(r)] [ə; eɪ] ['wɪndəʊ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['əʊpən][ə; eɪ] [fʊt] [æt; ət][bəuθ][ðə; ði] ['bɒtəm] [ænd; ənd]

In	**cold**	**weather**	**a**	**window**	**should**	**be**	**open**	**a**	**foot**	**at**	**both**	**the**	**bottom**	**and**
在	寒冷的	天气	一个	窗户	应该	是	打开	一个	脚	在	两个都	这	底部	和

[ðə; ði][tɒp] ,

the	**top**	**,**
这	顶部	,

天气寒冷时，窗户上下两端都应该开一英尺。

[ɔː(r)] [ɪf] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] ['wɪndəʊz] [ɪn][ðə; ði] [ruːm] , [bəuθ] [meɪ] [biː; bi] ['əʊpənd] [æt; ət][ðə; ði] ['bɒtəm]

or	if	there	are	two	windows	in	the	room	,	both	may	be	opened	at	the	bottom
或者	如果	那里	是	二	视窗	在	这	房间	,	两个都	可能	是	打开	在	这	底部

.

:

.

或者，如果房间里有两扇窗户，两扇窗户都可以从底部打开。

[ɪn] ['mɒdərət] ['weðə(r)] [ðə; ði] ['oʊpənɪŋz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [twaɪs] [æz; əz] [lɑːdʒ] .

In	moderate	weather	the	openings	should	be	twice	as	large	.
在	缓和	天气	这	开口	应该	是	两次	作为	大的	.

天气温和时，开口应该扩大一倍。

[ə; eɪ][kæp] [meɪ] [biː; bi] [wɔːn] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [hed] [wɔːm] ,

A	cap	may	be	worn	to	keep	the	head	warm	,
一个	帽	可能	是	磨损	到	保持	这	头	温暖的	,

戴帽子可以保暖。

[ænd; ənd][ðə; ði][bed] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði][drɑːft] .

and	the	bed	should	be	out	of	the	draft	.
和	这	床	应该	是	出去	的	这	草稿	.

床应该放在通风口以外的地方。

[freʃ] [eə(r)] [gɪvz] [helθ] . — [fɔː(r)] ['hʌndrəd] ['piːp(ə)l] [daɪ][ɒv; əv][tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs][ɪn]['aʊə(r)] ['kʌntri]

Fresh	Air	gives	Health	.	—	Four	hundred	people	die	of	tuberculosis	in	our	country
新鲜的	空气	给予	健康	.	—	四	百	人们	死	的	结核	在	我们的	国家

['evri] [deɪ] .

every	day	.
每一个	天	.

新鲜空气有益健康。——我国每天有四百人死于肺结核。

[ə; eɪ] [fjuː] [j'iəz] [ə'gəʊ][ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz] [θɔːt] [ðæt] [nəʊ][wʌn][kʊd; kəd][get] [wel] [ɒv; əv] [ðɪs] [dɪ'ziːz] .

A	few	years	ago	it	was	thought	that	no	one	could	get	well	of	this	disease	.
一个	很少	年	前	它	曾是	想法	那	不	一	可以	得到	出色地	的	这	疾病	.

几年前人们认为这种疾病是无法治愈的。

[naʊ] [θriː] [fɔːθ] [ɒv; əv] [ðəʊz] [ɪn][ðə; ði][fɜːst][steɪdʒɪz][ɒv; əv][ðə; ði] [dɪ'ziːz] [get] [wel] .

Now	three	fourths	of	those	in	the	first	stages	of	the	disease	get	well	.
现在	三	第四部分	的	那些	在	这	第一的	阶段	的	这	疾病	得到	出色地	.

现在，四分之三处于疾病早期阶段的患者都能康复。

[ðə; ði] [tʃiːf] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði][kjʊə(r)][ɪz] [freʃ] [eə(r)] .

The	chief	part	of	the	cure	is	fresh	air	.
这	首席	部分	的	这	治愈	是	新鲜的	空气	.

治疗的关键在于呼吸新鲜空气。

['medsn; 'medɪsn][ɪz] ['seldəm] [juːst] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][nəʊ]['medsn; 'medɪsn] [wɪl] [kjʊə(r)][tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] .

Medicine	is	seldom	used	because	no	medicine	will	cure	tuberculosis	.
药品	是	很少	用过的	因为	不	药品	将要	治愈	结核	.

由于没有药物可以治愈肺结核，所以很少使用药物。

[gʊd] [fuːd] [ænd; ənd] [rest] [ɑː(r); ə(r)] [greɪt] [helps] .

Good	food	and	rest	are	great	helps	.
好的	食物	和	休息	是	伟大的	帮助	.

良好的饮食和休息对身体大有裨益。

['meni] [ɒv; əv] [ðəʊz] [wɪð] [tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] [steɪ] [aʊt] [ɒv; əv] [dɔːz] [ɔːl] [deɪ] [ænd; ənd][æt; ət] [naɪt] [sliːp] [ɪn]

Many	of	those	with	tuberculosis	stay	out	of	doors	all	day	and	at	night	sleep	in
许多	的	那些	和	结核	停留	出去	的	门	全部	天	和	在	夜晚	睡觉	在

[tents] [ɔː(r)] [wɪð] [ɔːl][ɒv; əv][ðə; ði] ['wɪndəʊz] [waɪd]['əʊpən] ,

tents	or	with	all	of	the	windows	wide	open	,
帐篷	或者	和	全部	的	这	视窗	宽的	打开	,

许多肺结核患者白天待在户外，晚上睡在帐篷里，或者把所有窗户都大开着。

['i:v(ə)n][ɪn][ðə; ði][k'əʊldəst] ['weðə(r)] .

even	in	the	coldest	weather	.
甚至	在	这	最冷	天气	.

即使在最寒冷的天气里。

[snəʊ] [meɪ] [bləʊ] [ɪn][ænd; ənd][ðə; ði]['wɔ:tə(r)][ɪn][ðə; ði] [ru:m] [meɪ] [tɜ:n] [tu:; tə]['sɒlɪd][aɪs] ,

Snow	may	blow	in	and	the	water	in	the	room	may	turn	to	solid	ice	,
雪	可能	吹	在	和	这	水	在	这	房间	可能	转动	到	坚硬的	冰	,

雪可能会吹进来，房间里的水可能会变成冰。

[bʌt; bət] [freʃ] [eə(r)] , [ðə; ði] [gʊd] ['eɪndʒl][ɒv; əv] [helθ] ,

but	fresh	air	,	the	good	angel	of	health	,
但	新鲜的	空气	,	这	好的	天使	的	健康	,

但新鲜空气，健康的天使，

[wɪl] [gɪv] [ðə; ði] ['bɒdi] [nju:] [streŋθ] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'ti:] [wel] [ænd; ənd] [strɒŋ] [ə'gen] .

will	give	the	body	new	strength	and	make	it	well	and	strong	again	.
将要	给	这	身体	新的	力量	和	制作	它	出色地	和	强的	再次	.

它将赋予身体新的力量，使其恢复健康强壮。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðɪs] [mæn][ɪz]['kjʊərɪŋ] [hɪm'self] [ɒv; əv][tju:ˌbɜ:kju'ləʊsɪs][baɪ] ['sli:pɪŋ] [æt; ət] [naɪt] , [ænd; ənd] ['sɪtɪŋ]

66	—	This	man	is	curing	himself	of	tuberculosis	by	sleeping	at	night	,	and	sitting
-	—	这	男人	是	养护	他自己	的	结核	经过	睡眠	在	夜晚	,	和	坐着

[baɪ] [deɪ] ,

by	day	,
经过	天	,

66——这个人通过晚上睡觉、白天坐着来治愈肺结核。

[ɒn] [ðɪs] [pɔ:tʃ] .

on	this	porch	.
在	这	门廊	.

在这个门廊上。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	115	]
[	页	-	]

[第115页]

['meni] [j'iəz] [ə'gəʊ] [wen] [ðə; ði] ['ɪndiənz] [lɪvd; 'laɪvd][ɪn] [tents] [ænd; ənd]['ɒf(ə)n] [slept] [ˌaʊt'dɔ:z] [nʌn]

Many	years	ago	when	the	Indians	lived	in	tents	and	often	slept	outdoors	none
许多	年	前	什么时候	这	印度人	居住地	在	帐篷	和	经常	睡着了	户外	没有任何

[ɒv; əv][ðem; ðəm][hæd; həd] [ðɪs] ['dɜ:ti] [eə(r)] [dɪ'zi:z] [ɒv; əv][tju:ˌbɜ:kju'ləʊsɪs] .

of	them	had	this	dirty	air	disease	of	tuberculosis	.
的	他们	有	这	肮脏的	空气	疾病	的	结核	.

很多年前，当印第安人住在帐篷里，经常睡在户外时，他们中没有人得过这种因空气污浊引起的肺结核疾病。

[sɪns] [ðeɪ] [hæv; həv] [fɔ:md] [ðə; ði]['hæbɪt][ɒv; əv] ['lɪvɪŋ] [ɪn] ['haʊzɪz] ['nɪəli] [wʌn] [hɑ:f][ɒv; əv][sʌm; səm]

Since	they	have	formed	the	habit	of	living	in	houses	nearly	one	half	of	some
自从	他们	有	形成	这	习惯	的	活的	在	房屋	几乎	一	一半	的	一些

[traɪbz] [hæv; həv] [bɪ'kʌm] [sɪk] [wɪð] [ðɪs] ['kætʃɪŋ] [dɪ'zi:z] .

tribes	have	become	sick	with	this	catching	disease	.
部落	有	变得	生病的	和	这	捕捉	疾病	.

由于他们养成了居住在房屋里的习惯，一些部落中近一半的人都患上了这种传染性疾病。

['meɪkɪŋ] [ðə; ði] [lʌŋz] [strɒŋ] . — [ˌaɪ 'tiː] [rɪ'kwaɪəz] ['əʊvə(r)] [θriː] [kwɔːts] [ɒv; əv][eə(r)][tuː; tə] [fɪl] [jɔː(r); jə(r)]

Making	the	Lungs	Strong	.	—	It	requires	over	three	quarts	of	air	to	fill	your
制作	这	肺	强的	.	—	它	需要	超过	三	夸脱	的	空气	到	充满	你的

[lʌŋz] .

lungs	.
肺	.

增强肺功能——充满肺部需要超过三夸脱的空气。

[wen] [juː; jʊ] [briːð] ['kwaɪətli] , [les] [ðæn; ðən][wʌn][paɪnt][ɒv; əv][eə(r)] ['pɑːsɪz] [ɪn][ænd; ənd][aʊt][ɒv; əv]

When	you	breathe	quietly	,	less	than	one	pint	of	air	passes	in	and	out	of
什么时候	你	呼吸	悄悄	, 较少的	比	一	品脱	的	空气	通过	在	和	出去	的	

[jɔː(r); jə(r)] [lʌŋz] .

your	lungs	.
你的	肺	.

当你平静地呼吸时，进出肺部的空气量不到一品脱。

[ðɪs] [ʃəʊz] [ðæt] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪz] [nɒt] [juːst] .

This	shows	that	a	large	part	of	the	lungs	is	not	used	.
这	演出	那	一个	大的	部分	的	这	肺	是	不是	用过的	.

这表明肺部很大一部分没有被利用。

[ðə; ði][eə(r)][sæks][æt; ət][ðə; ði][tɒp][ænd; ənd][ɪn][ðə; ði] ['bɒtəm] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [lʌŋz] [ɑː(r); ə(r)] ['seldəm]

The	air	sacs	at	the	top	and	in	the	bottom	part	of	the	lungs	are	seldom
这	空气	囊	在	这	顶部	和	在	这	底部	部分	的	这	肺	是	很少

[fɪld] [kəm'pliːtli] .

filled	completely	.
已填	完全地	.

肺上部和下部的气囊很少完全充满气体。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪn] [ðiːz] ['pleɪsɪz] [ðæt] [dɪ'ziːz] [bɪ'gɪnz] .

It	is	in	these	places	that	disease	begins	.
它	是	在	这些	地方	那	疾病	开始	.

疾病就是从这些地方开始的。

['sevrəl] ['mɪnɪts] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [spent] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [taɪmz] [iːtʃ] [deɪ] [ɪn] ['eksəsaɪzɪŋ] [ðə; ði] [lʌŋz] .

Several	minutes	should	be	spent	two	or	three	times	each	day	in	exercising	the	lungs	.
一些	分钟	应该	是	花费	二	或者	三	时代	每个	天	在	锻炼	这	肺	.

每天应抽出几分钟时间，进行两到三次肺部锻炼。

[fɪl] [ðem; ðəm] [kəm'pliːtli] [wɪð] [eə(r)] ['meni] [taɪmz] .

Fill	them	completely	with	air	many	times	.
充满	他们	完全地	和	空气	许多	时代	.

多次将它们完全充满空气。

[lɜːn] [tuː; tə] [briːð] ['diːpli] [waɪl] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] ['wɔːkɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [freʃ] [eə(r)] .

Learn	to	breathe	deeply	while	you	are	walking	in	the	fresh	air	.
学习	到	呼吸	深	尽管	你	是	步行	在	这	新鲜的	空气	.

在新鲜空气中散步时，要学会深呼吸。

[həʊld][ðə; ði] [hed] [ʌp] [ænd; ənd][ðə; ði] ['ʃəuldəz] [bæk] [səʊ] [ðæt] ['evri] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði]

Hold	the	head	up	and	the	shoulders	back	so	that	every	part	of	the
抓住	这	头	向上	和	这	肩膀	后退	所以	那	每一个	部分	的	这

抬起头，肩膀向后舒展，使身体的每一部分都.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	116	]
[	页	-	]

[lʌŋz] [kæn; kən][biː; bi] [fɪld] .

lungs	can	be	filled	.
肺	能	是	已填	.

肺部可以被充满。

[sɪt] [streɪt] .
Sit straight .
坐 直的 .

坐直。

[jɔː(r); jə(r)][laɪf] [dɪˈpendz] [əˈpɒn][jɔː(r); jə(r)] [lʌŋz] .
Your life depends upon your lungs .
你的 生活 取决于 之上 你的 肺 .

你的生命取决于你的肺。

[gɪv] [ðem; ðəm][ə; eɪ] [tʃɑːns] [tuː; tə][duː; də][ðeə(r)] [wɜːk] [ænd; ənd] [tiːtʃ] [ðem; ðəm][tuː; tə][duː; də][ˌaɪ ˈtiː]
Give them a chance to do their work and teach them to do it
给 他们 一个 机会 到 做 他们的 工作 和 教 他们 到 做 它
[wel] .
well .
出色地 .

给他们机会去做他们该做的事，并教会他们如何做好。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [ʌnˈhelθfʊl] [pəˈzɪʃ(ə)n] [wɪtʃ] [skwiːz] [ðə; ði] [lʌŋz] [səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [ˈkænɒt] [wɜːk] [ˈfriːli] .
67 — Unhealthful position which squeezes the lungs so that they cannot work freely .
- — 不健康的 位置 哪个 挤压 这 肺 所以 那 他们 不能 工作 自由 .

67 — 不良姿势，挤压肺部，使其无法自由工作。

[təˈbækəʊ][ænd; ənd][pjʊə(r)][eə(r)] . — [ðeə(r)] [ɪz][ˈpɔɪz(ə)n][ɪn][ðə; ði] [sməʊk] [ɒv; əv][təˈbækəʊ] .
Tobacco and Pure Air . — There is poison in the smoke of tobacco .
烟草 和 纯的 空气 . — 那里 是 毒 在 这 抽烟 的 烟草 .

烟草与纯净空气——烟草烟雾中含有毒素。

[ðɪs] [ɪz] [ʃəʊn] [baɪ][ɪts] [ɪˈfekt] [ɒn] [ˈɪnsekts] .
This is shown by its effect on insects .
这 是 所示 经过 它是 影响 在 昆虫 .

这一点可以从它对昆虫的影响中看出。

[ˈəʊnə(r)z] [ɒv; əv][ˈgriːnhaʊsˌhaʊzɪz][ˈɒf(ə)n] [baɪ] [ðə; ði] [stemz] [ænd; ənd] [ˈʌðə(r)] [weɪst] [pɑːts] [ɒv; əv][təˈbækəʊ] .
Owners of greenhouses often buy the stems and other waste parts of tobacco .
所有者 的 温室 经常 买 这 茎 和 其他 浪费 部分 的 烟草 .

温室种植者经常购买烟草的茎秆和其他废弃部分。

[ðeɪ] [paɪl] [ˌaɪ ˈtiː][ɪn][ə; eɪ][pæn][ænd; ənd][ˈɑːftə(r)] [ˈkləʊzɪŋ] [ðə; ði] [dɔːz] [ænd; ənd] [ˈwɪndəʊz] [ɒv; əv][ðə; ði]
They pile it in a pan and after closing the doors and windows of the
他们 桩 它 在 一个 平底锅 和 后 结束 这 门 和 视窗 的 这
[ˈgriːnhaʊs] [ˈtaɪtli] ,
greenhouse tightly ,
温室 紧紧 ,

他们把东西堆放在一个大盘子里，然后把温室的门窗都关紧了。

[set] [ˈfaɪə(r)][tuː; tə][ˌaɪ ˈtiː] .
set fire to it .
放 火 到 它 .

把它烧掉。

[ðə; ði] [sməʊk] [ˈraɪzɪz][ænd; ənd] [fɪlz] [ðə; ði] [həʊl] [haʊs] .
The smoke rises and fills the whole house .
这 抽烟 上升 和 填充 这 所有的 房子 .

烟雾升腾，弥漫了整栋房子。

[ɪn] [les] [ðæn; ðən][æn; ən]['aʊə(r)][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [kɪld] ['meni] [ɒv; əv][ðə; ði] [bʌgz] [ænd; ənd] ['biːt(ə)lz] [wɪtʃ]

In	less	than	an	hour	it	has	killed	many	of	the	bugs	and	beetles	which
在	较少的	比	一个	小时	它	有	被杀	许多	的	这	漏洞	和	甲虫	哪个

[wɜː(r); wə(r)] [di'strɔi] [ðə; ði][plɑːnts] .

were	destroying	the	plants	.
是	摧毁	这	植物	.

不到一个小时，它就杀死了许多正在破坏植物的害虫和甲虫。

[ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] [nɒt] [juːst] [tuː; tə][tə'bækəʊ] [wɪl] ['sʌmtaɪmz] [biː; bi] [meɪd] [sɪk] [baɪ] ['sɪtɪŋ] ['əʊnli][æn; ən]

A	person	not	used	to	tobacco	will	sometimes	be	made	sick	by	sitting	only	an
一个	人	不是	用过的	到	烟草	将要	有时	是	制成	生病的	经过	坐着	仅有的	一个

['aʊə(r)][ɪn][ə; eɪ] [ruːm] [weə(r)] [p'ɜːsənz] [ɑː(r); ə(r)] ['sməʊkɪŋ] .

hour	in	a	room	where	persons	are	smoking	.
小时	在	一个	房间	在哪里	人	是	吸烟	.

不习惯吸烟的人，有时只需在有人吸烟的房间里坐一个小时就会感到不适。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [rɒŋ] [fɔː(r); fə(r)] ['sməʊkəz] [tuː; tə]['pɔɪz(ə)n][ðə; ði][eə(r)] [wɪtʃ] ['ʌðə(r)z] [mʌst; məst] [briːð] .

It	is	wrong	for	smokers	to	poison	the	air	which	others	must	breathe	.
它	是	错误的	为了	吸烟者	到	毒	这	空气	哪个	其他的	必须	呼吸	.

吸烟者污染他人呼吸的空气是错误的。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ə; eɪ] ['sməʊkɪŋ] [ruːm] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [wel] ['ventɪleɪtɪd] .

For	this	reason	a	smoking	room	should	be	well	ventilated	.
为了	这	原因	一个	吸烟	房间	应该	是	出色地	通风	.

因此，吸烟室应该通风良好。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	117	]
[	页	-	]

[第117页]

['tʃæptə(r)] [ˌɛks'viː'aɪ]

CHAPTER	XVI
章	十六

第十六章

[ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd] [haʊ] [ˌaɪ 'tiː] [fləʊz] [θruː] [ðə; ði] ['bɒdi]

THE	BLOOD	AND	HOW	IT	FLOWS	THROUGH	THE	BODY
这	血	和	如何	它	流量	通过	这	身体

血液及其在体内的流动

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] [selz] [ɪn][ðə; ði] [blʌd] .

68	—	The	cells	in	the	blood	.
-	—	这	细胞	在	这	血	.

68 —血液中的细胞。

[ðə; ði] [tuː] [waɪt] [wʌnz] [wɜː(r); wə(r)] [drɔːn] [waɪl] ['krɔːlɪŋ] .

The	two	white	ones	were	drawn	while	crawling	.
这	二	白色的	一个	是	绘制	尽管	爬行	.

那两幅白色的画是在爬行时画的。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ðə; ði] [blʌd] [kiːps] [ðə; ði] ['bɒdi] [kliːn] [wɪ'ðɪn] [ænd; ənd] [gɪvz] [ˌaɪ 'tiː] [fuːd] . — ['evri] ['taɪni]['pɑːtɪk(ə)l]

The	Blood	keeps	the	Body	Clean	within	and	gives	it	Food	.	—	Every	tiny	particle
这	血	保持	这	身体	干净的	之内	和	给予	它	食物	.	—	每一个	微小的	粒子

[ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] ,

of	the	body	,
的	这	身体	,

血液保持身体内部清洁，并为身体提供营养。——身体的每一个微小细胞，

['weðə(r)] [ɪn][ðə; ði][legz] , [ɑːmz] , [ɔː(r)] [hed] ,

whether	in	the	legs	,	arms	,	or	head	,
无论	在	这	腿	,	武器	,	或者	头	,

无论是腿部、手臂还是头部，

[mʌst; məst][hæv; həv] [fuːd] [tuː; tə] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː][ə'laɪv][ænd; ənd][help][ˌaɪ 'tiː][duː; də][ɪts] [wɜːk] .

must	have	food	to	keep	it	alive	and	help	it	do	its	work	.
必须	有	食物	到	保持	它	活	和	帮助	它	做	它是	工作	.

它必须有食物才能生存并完成工作。

[ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst]['ɔːlsəʊ][hæv; həv]['ɒksɪdʒən] , [ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][biː; bi] [wɒʃt] [kliːn] [ɒv; əv][ɪts]

It	must	also	have	oxygen	,	and	it	must	be	washed	clean	of	its
它	必须	还	有	氧	,	和	它	必须	是	洗过	干净的	的	它是

[weɪst] ['mætə(r)] .

waste	matter	.
浪费	事情	.

它还必须有氧气，并且必须洗净其中的废物。

[ɔːl] [ðɪs] [ɪz] [dʌn] [baɪ][ðə; ði] [striːmz] [ɒv; əv] [blʌd] ,

All	this	is	done	by	the	streams	of	blood	,
全部	这	是	完毕	经过	这	溪流	的	血	,

这一切都是由血液流动完成的。

[wɪtʃ] [beɪð] ['evri] [sel] [tuː; tə] [brɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [fuːd] [ænd; ənd]['ɒksɪdʒən][ænd; ənd][tuː; tə] [wɒʃ] [ə'weɪ] [ɪts]

which	bathe	every	cell	to	bring	it	food	and	oxygen	and	to	wash	away	its
哪个	洗澡	每一个	细胞	到	带来	它	食物	和	氧	和	到	洗	离开	它是

[weɪst] .

waste	.
浪费	.

它们滋养每个细胞，为其提供食物和氧气，并冲走其废物。

[pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] . — [blʌd] [kən'sɪsts] [ɒv; əv][ə; eɪ][klɪə(r)] ,

Parts	of	the	Blood	.	—	Blood	consists	of	a	clear	,
部分	的	这	血	.	—	血	由	的	一个	清除	,

血液的组成部分——血液由清澈的、

['wɔːtəri] [pɑːt] [kɔːld] ['plæzmə][ænd; ənd] ['meni] ['lɪt(ə)l] ['bɒdɪz] [nemd] [selz] .

watery	part	called	plasma	and	many	little	bodies	named	cells	.
水状的	部分	称为	等离子体	和	许多	小的	身体	命名	细胞	.

由称为血浆的液体部分和称为细胞的许多小体组成。

[ðə; ði]['lɪkwɪd] [faʊnd] [ɪn][ə; eɪ]['blɪstə(r)][ɪz][ðə; ði][klɪə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] .

The	liquid	found	in	a	blister	is	the	clear	part	of	the	blood	.
这	液体	成立	在	一个	水疱	是	这	清除	部分	的	这	血	.

水疱中的液体是血液中透明的部分。

[ðə; ði] [selz] [wɪtʃ] [fləʊt] [ɪn]

The	cells	which	float	in
这	细胞	哪个	漂浮	在

漂浮在水中的细胞

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	118	]
[	页	-	]

[ðə; ði] ['wɔːtəri] [pɑːt] [ɑː(r); ə(r)][səʊ]['lɪt(ə)l][ænd; ənd][səʊ] [kləʊz] [tə'geðə(r)] [ðæt] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] ['mɪljən]

the	watery	part	are	so	little	and	so	close	together	that	more	than	a	million
这	水状的	部分	是	所以	小的	和	所以	关闭	一起	那	更多的	比	一个	百万

[ɑː(r); ə(r)][ɪn] [iːtʃ] [drɒp][ɒv; əv] [blʌd] .

are	in	each	drop	of	blood	.
是	在	每个	降低	的	血	.

水样部分非常少，而且排列非常紧密，以至于每一滴血中都含有超过一百万个水样部分。

[ə; eɪ] [fjuː] [ɒv; əv][ðə; ði] [selz] [ɑː(r); ə(r)] [waɪt] , [bʌt; bət][məʊst][ɒv; əv][ðem; ðəm][ɑː(r); ə(r)] [red] ,

A	few	of	the	cells	are	white	,	but	most	of	them	are	red	,
一个	很少	的	这	细胞	是	白色的	,	但	最多	的	他们	是	红色的	,

少数细胞是白色的，但大多数是红色的。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðeə(r)]['kʌlə(r)] [ðæt] [meɪks] [ðə; ði] [blʌd] [lʊk] [red] .

and	it	is	their	color	that	makes	the	blood	look	red	.
和	它	是	他们的	颜色	那	制作	这	血	看	红色的	.

正是它们的颜色使血液看起来是红色的。

[jɔː(r); jə(r)] ['bɒdi] [kən'teɪnz] [ə'baʊt] [wʌn] ['gælən] [ɒv; əv] [blʌd] .

Your	body	contains	about	one	gallon	of	blood	.
你的	身体	包含	关于	一	加仑	的	血	.

你的身体大约含有一加仑血液。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['kærid] [θruː] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪn] ['brɑːntʃɪŋ] [tjuːbz] [kɔːld] [blʌd] ['ves(ə)lz] ([fɪg] . -) .

It	is	carried	through	the	body	in	branching	tubes	called	blood	vessels	(	Fig	.	70	)	.
它	是	携带	通过	这	身体	在	分枝	管子	称为	血	船只	(	如图	.	-	)	.

它通过称为血管的分支管道输送到全身（图 70）。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ðə; ði] [hɑːt] [frɒm; frəm][ɪn] [frʌnt] [wɪð] [ðə; ði] [lʌŋz] [pɪnd] [ə'saɪd] .

69	—	Photograph	of	the	heart	from	in	front	with	the	lungs	pinned	aside	.
-	—	照片	的	这	心	从	在	正面	和	这	肺	已置顶	旁边	.

69 —从正面拍摄的心脏照片，肺部被固定在一边。

[wʌn] [fɔːθ] ['nætʃ(ə)rəl] [saɪz] .

One	fourth	natural	size	.
一	第四	自然的	尺寸	.

四分之一的自然尺寸。

[ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] . — [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)][fɔː(r)][kaɪndz][ɒv; əv] [blʌd] ['ves(ə)lz] .

The	Blood	Vessels	.	—	There	are	four	kinds	of	blood	vessels	.
这	血	船只	.	—	那里	是	四	种类	的	血	船只	.

血管——血管有四种类型。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [hɑːt] , [ðə; ði] ['ɑːtəɹɪz] , [ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] , [ænd; ənd][ðə; ði] [veɪns] .

They	are	the	heart	,	the	arteries	,	the	capillaries	,	and	the	veins	.
他们	是	这	心	,	这	动脉	,	这	毛细血管	,	和	这	静脉	.

它们分别是心脏、动脉、毛细血管和静脉。

[ðə; ði] [hɑːt] [laɪz][ɪn][ðə; ði] [tʃest] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [lʌŋz] .

The	heart	lies	in	the	chest	between	the	lungs	.
这	心	谎言	在	这	胸部	之间	这	肺	.

心脏位于胸腔内，在两肺之间。

[ˌaɪ 'tiː] [skwiːz] [ðə; ði] [blʌd] ['ɪntuː][ðə; ði] ['ɑːtəɹɪz] .

It	squeezes	the	blood	into	the	arteries	.
它	挤压	这	血	进入	这	动脉	.

它将血液挤压到动脉中。

[ðiːz] ['kæri] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə][ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

These	carry	the	blood	to	all	parts	of	the	body	.
这些	携带	这	血	到	全部	部分	的	这	身体	.

它们将血液输送到身体的各个部位。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] [rʌnz] ['ɪntuː][ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] , [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)]['taɪni] [tjuːbz] [kə'nektɪŋ] [ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] [wɪð] [ðə; ði] [veɪns] .

It	then	runs	into	the	capillaries	,	which	are	tiny	tubes	connecting	the	arteries	with	the	veins	.
它	然后	跑步	进入	这	毛细血管	,	哪个	是	微小的	管子	连接	这	动脉	和	这	静脉	.

然后血液流入毛细血管，毛细血管是连接动脉和静脉的细小管道。

[ðə; ði] [veɪns] [rɪ'tɜːn] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə][ðə; ði] [hɑːt] .

The	veins	return	the	blood	to	the	heart	.
这	静脉	返回	这	血	到	这	心	.

静脉将血液输送回心脏。

[ðə; ði] [blʌd] [fləʊz] [səʊ][fɑːst] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [gəʊz] [frɒm; frəm][ðə; ði] [hɑːt] [daʊn] [tuː; tə][ðə; ði] [təʊz] [ænd; ənd] [bæk] [ə'gen] [ɪn][ə; eɪ][hɑːf] ['mɪnɪt] .

The	blood	flows	so	fast	that	it	goes	from	the	heart	down	to	the	toes	and	back	again	in	a	half	minute	.
这	血	流量	所以	快速地	那	它	去	从	这	心	向下	到	这	脚趾	和	后退	再次	在	一个	一半	分钟	.

血液流动速度非常快，从心脏到脚趾再返回心脏只需半分钟。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	119	]
[	页	-	]

[第119页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	120	]
[	页	-	]

[第120页]

[ðə; ði] [hɑːt] [ɔː(r)] [pʌmp] [ɒv; əv] [laɪf] . — [wen] [ðə; ði] [hɑːt] [stɒps] [wiː; wi][daɪ] ,

The	Heart	or	Pump	of	Life	.	—	When	the	heart	stops	we	die	,
这	心	或者	泵	的	生活	.	—	什么时候	这	心	停止	我们	死	,

生命的心脏或泵——当心脏停止跳动时，我们就死亡了。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði] [blʌd] [kæn; kən][nəʊ][lɒŋgə(r)] [fləʊ] [tuː; tə] ['kæri] [fuːd] [ænd; ənd]['ɒksɪdʒən][tuː; tə][ðə; ði] ['hʌŋgri] [tɪʃuːz] .

because	the	blood	can	no	longer	flow	to	carry	food	and	oxygen	to	the	hungry	tissues	.
因为	这	血	能	不	更长	流动	到	携带	食物	和	氧	到	这	饥饿的	组织	.

因为血液无法再流动，无法将营养和氧气输送到需要的组织。

[ðə; ði] [hɑːt] [ɪz][ə; eɪ][sæk] [wɪð] [θɪk] [wɔːlz] [ɒv; əv] ['mʌs(ə)l] .

The	heart	is	a	sac	with	thick	walls	of	muscle	.
这	心	是	一个	囊	和	厚的	墙壁	的	肌肉	.

心脏是一个由厚厚的肌肉壁构成的囊状器官。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ʃeɪpt] [laɪk] [ə; eɪ] ['strɔːbəri] [ænd; ənd][ɪz] [ə'baʊt] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][jɔː(r); jə(r)] [fɪst] .

It	is	shaped	like	a	strawberry	and	is	about	as	large	as	your	fist	.
它	是	形状	喜欢	一个	草莓	和	是	关于	作为	大的	作为	你的	拳头	.

它的形状像草莓，大小和你的拳头差不多。

[ɪts] ['kævəti][ɪz][dɪ'vaɪdɪd]['ɪntuː][fɔː(r)] [pɑːts] .

Its	cavity	is	divided	into	four	parts	.
它是	空腔	是	分割	进入	四	部分	.

它的空腔分为四个部分。

[ðə; ði] [tuː] ['ʌpə(r)] [wʌnz] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] ['ɔːrɪk(ə)l] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['ləʊə(r)] [wʌnz] [ɑː(r); ə(r)] [nemd]

The	two	upper	ones	are	called	auricles	and	the	lower	ones	are	named
这	二	上	一个	是	称为	耳廓	和	这	降低	一个	是	命名

['ventrɪklz] .

ventricles	.
心室	.

上面的两个叫做耳廓，下面的两个叫做心室。

[ðə; ði] [blʌd] ['entəz] [ðə; ði] ['ɔːrɪk(ə)l] [ænd; ənd] [ðen] [pɔːrz] [θruː] [æn; ən] ['əʊpənɪŋ] ['ɪntuː] [iːtʃ]

The	blood	enters	the	auricles	and	then	pours	through	an	opening	into	each
这	血	进入	这	耳廓	和	然后	倾倒	通过	一个	开幕	进入	每个

['ventrɪkl] ,

ventricle	,
心室	,

血液进入心房，然后通过开口流入每个心室。

[frɒm; frəm] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː] ['pɑːsɪz] [aʊt] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] .

from	which	it	passes	out	into	the	arteries	.
从	哪个	它	通过	出去	进入	这	动脉	.

它由此流入动脉。

[ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] [ɔː(r)] ['sendɪŋ] [tjuːbz] . — [ðə; ði] [blʌd] [ɪz] [sent] [aʊt] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [hɑːt] [θruː]

The	Arteries	or	Sending	Tubes	.	—	The	blood	is	sent	out	from	the	heart	through
这	动脉	或者	发送	管子	.	—	这	血	是	发送	出去	从	这	心	通过

[ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] ['liːdɪŋ] [tuː; tə] [ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] .

the	arteries	leading	to	all	parts	of	the	body	.
这	动脉	领导	到	全部	部分	的	这	身体	.

动脉或输血管道——血液从心脏通过动脉输送到身体的各个部位。

[ðə; ði] [tʃiːf] ['ɑːtəri] [ɪz] [ðə; ði] [eɪ'ɔːtə] .

The	chief	artery	is	the	aorta	.
这	首席	动脉	是	这	主动脉	.

主动脉是人体的主要动脉。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['lɑːdʒə(r)] [ðæn; ðən] [jɔː(r); jə(r)] [θʌm] [ænd; ənd] [ɪk'stendz; ek-] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [hɑːt] [daʊn]

It	is	larger	than	your	thumb	and	extends	from	the	heart	down
它	是	更大的	比	你的	拇指	和	扩展	从	这	心	向下

[θruː] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪn] [frʌnt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bækbəʊn] .

through	the	body	in	front	of	the	backbone	.
通过	这	身体	在	正面	的	这	骨干	.

它比你的拇指还大，从心脏向下延伸，穿过身体，位于脊柱前方。

[ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] ['twenti] ['brɑːntʃɪz] .

It	has	more	than	twenty	branches	.
它	有	更多的	比	二十	分支	.

它拥有二十多家分店。

[ɔːl] [ɒv; əv] [ðiːz] [brɑːntʃ] [ə'gen] [ænd; ənd] [ə'gen] [laɪk] [ðə; ði] [lɪmz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [triː] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]

All	of	these	branch	again	and	again	like	the	limbs	of	a	tree	until	they	are
全部	的	这些	分支	再次	和	再次	喜欢	这	四肢	的	一个	树	直到	他们	是

[faɪnə] [ðæn; ðən] [heəz] .

finer	than	hairs	.
更精细	比	头发	.

所有这些分支都像树枝一样不断分叉，直到它们比毛发还要细。

[ə; eɪ] [lɑːdʒ] [tjuːb] , [ðə; ði] [lʌŋ] ['ɑːtəri] , [teɪks] [blʌd] [də'rektli] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [hɑːt] [tuː; tə] [ðə; ði]

A	large	tube	,	the	lung	artery	,	takes	blood	directly	from	the	heart	to	the
一个	大的	管子	,	这	肺	动脉	,	需要	血	直接地	从	这	心	到	这

[lʌŋz] .

lungs	.
肺	.

肺动脉是一根粗大的管道，它将血液直接从心脏输送到肺部。

[hɪə(r)][ˌaɪ 'tiː] ['brɑːntʃɪz] ['ɪntuː][mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [dɪ'vɪʒnz] ,

Here	**it**	**branches**	**into**	**more**	**than**	**a**	**thousand**	**divisions**	**,**
这里	它	分支	进入	更多的	比	一个	千	部门	,

这里它分支成一千多个部门，

[səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [blʌd] [kæn; kən] [teɪk] [ɪn]['ɒksɪdʒən][ænd; ənd] [gɪv] [ɒf] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] [ɪts] [weɪst] .

so	**that**	**the**	**blood**	**can**	**take**	**in**	**oxygen**	**and**	**give**	**off**	**to**	**the**	**lungs**	**its**	**waste**	**.**
所以	那	这	血	能	拿	在	氧	和	给	离开	到	这	肺	它是	浪费	.

这样血液才能吸收氧气，并将废物输送到肺部。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — ['ɑːtəɹɪz] , [ðə; ði] [tjuːbz] ['kæriɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [hɑːt] [θruː] [ðə; ði] ['bɒdi] .

70	**—**	**Arteries**	**,**	**the**	**tubes**	**carrying**	**the**	**blood**	**from**	**the**	**heart**	**through**	**the**	**body**	**.**
-	—	动脉	,	这	管子	携带	这	血	从	这	心	通过	这	身体	.

70 —动脉，将血液从心脏输送到全身的管道。

['əʊnli][ðə; ði] [tʃiːf] ['ves(ə)lz] [ɑː(r); ə(r)] [ʃəʊn] [ɒn] [wʌn] [saɪd] .

Only	**the**	**chief**	**vessels**	**are**	**shown**	**on**	**one**	**side**	**.**
仅有的	这	首席	船只	是	所示	在	一	边	.

画面一侧只展示了主要船只。

[ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] [ɔː(r)] ['fiːdɪŋ] [tjuːbz] . — [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði]['taɪni] [tjuːbz] , [faɪnə][ðæn; ðən] [heəz] ,

The	**Capillaries**	**or**	**Feeding**	**Tubes**	**.**	**—**	**These**	**are**	**the**	**tiny**	**tubes**	**,**	**finer**	**than**	**hairs**	**,**
这	毛细血管	或者	喂养	管子	.	—	这些	是	这	微小的	管子	,	更精细	比	头发	,

毛细血管或营养输送管——这些是比头发丝还细的微小管道。

[wɪtʃ] [dʒɔɪn][ðə; ði] [smɔːlɪst] [end] ['brɑːntʃɪz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['ɑːtəɹɪz] [wɪð] [ðə; ði] [bɪ'gɪnɪŋz] [ɒv; əv][ðə; ði]

which	**join**	**the**	**smallest**	**end**	**branches**	**of**	**the**	**arteries**	**with**	**the**	**beginnings**	**of**	**the**
哪个	加入	这	最小	结尾	分支	的	这	动脉	和	这	开端	的	这

['lɪt(ə)l] [veɪns] .

little	**veins**	**.**
小的	静脉	.

它将动脉的最小末端分支与小静脉的起始端连接起来。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][səʊ] ['θɪkli] ['skætəd] [ɪn][ðə; ði]

They	**are**	**so**	**thickly**	**scattered**	**in**	**the**
他们	是	所以	浓密	疏散	在	这

它们密集地分布在.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**121**	**]**
[	页	-	]

[第121页]

[fleʃ] [ðæt] [juː; jʊ] ['kænɒt] [stɪk] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [ə; eɪ][pɪn] [wɪ'ðaʊt] ['pɪəsɪŋ] [wʌn] .

flesh	**that**	**you**	**cannot**	**stick**	**it**	**with**	**a**	**pin**	**without**	**piercing**	**one**	**.**
肉	那	你	不能	戳	它	和	一个	别针	没有	冲孔	一	.

肉质极硬，用针扎一下都会刺破针。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] ['fiːdɪŋ] [tjuːbz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [hæv; həv] [sʌtʃ] ['veri] [θɪn] [wɔːlz] [ðæt] [ðə; ði]

They	are	called	feeding	tubes	because	they	have	such	very	thin	walls	that	the
他们	是	称为	喂养	管子	因为	他们	有	这样的	非常	薄的	墙壁	那	这

[fuːd] [ɪn][ðə; ði] [blʌd] [ænd; ənd][ðə; ði]['ɒksɪdʒən] [brɔːt] [frɒm; frəm][ðə; ði] [lʌŋz] [kæn; kən] [pɑːs] [θruː]

food	in	the	blood	and	the	oxygen	brought	from	the	lungs	can	pass	through
食物	在	这	血	和	这	氧	带来	从	这	肺	能	经过	通过

[tuː; tə] [fiːd] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] ['ɔːrgənz] .

to	feed	the	muscles	and	other	organs	.
到	喂养	这	肌肉	和	其他	器官	.

它们被称为喂食管，因为它们的管壁非常薄，血液中的营养物质和肺部输送的氧气可以通过这些管壁，为肌肉和其他器官提供营养。

[ðə; ði] [ded] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd]['ɔːlsəʊ][ðə; ði] ['æʃɪz] [ɒv; əv][ðə; ði] [fuːd] [juːst] [ʌp] ,

The	dead	parts	of	the	body	and	also	the	ashes	of	the	food	used	up	,
这	死的	部分	的	这	身体	和	还	这	灰烬	的	这	食物	用过的	向上	,

尸体的腐烂部分以及用过的粮食的灰烬，

[pɑːs] [frɒm; frəm][ðə; ði]['ɔːrgənz]['ɪntuː][ðə; ði] ['kəpɪlərɪz] .

pass	from	the	organs	into	the	capillaries	.
经过	从	这	器官	进入	这	毛细血管	.

从器官进入毛细血管。

[ðə; ði] [veɪns] [ɔː(r)] [rɪ'tɜːnɪŋ] [tjuːbz] . — [ðə; ði] [veɪns] , [bɪ'gɪnɪŋ] [ɪn] [faɪn] ['brɑːntʃɪz] [fɔːmd] [baɪ][ðə; ði]

The	Veins	or	Returning	Tubes	.	—	The	veins	,	beginning	in	fine	branches	formed	by	the
这	静脉	或者	返回	管子	.	—	这	静脉	,	开始	在	美好的	分支	形成	经过	这

['kəpɪlərɪz] ,

capillaries	,
毛细血管	,

静脉或回流管——静脉起始于毛细血管形成的细小分支，

[rɪ'tɜːn] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə][ðə; ði] [hɑːt] .

return	the	blood	to	the	heart	.
返回	这	血	到	这	心	.

将血液送回心脏。

[ðə; ði] ['brɑːntʃɪz] [juˈnaɪt]['ɪntuː]['lɑːdʒə(r)][ænd; ənd]['lɑːdʒə(r)] ['ves(ə)lz] [ænd; ənd] ['faɪnəli] [fləʊ] ['ɪntuː] [wʌn] [meɪn]

The	branches	unite	into	larger	and	larger	vessels	and	finally	flow	into	one	main
这	分支	团结	进入	更大的	和	更大的	船只	和	最后	流动	进入	一	主要的

[veɪn] ,

vein	,
静脉	,

这些分支血管汇聚成越来越大的血管，最终汇入一条主静脉。

[ðə; ði] ['viːnə] ['kɑːvə] .

the	vena	cava	.
这	静脉	卡瓦	.

下腔静脉。

[ðɪs] [ɪk'stendz; ek-] [ə'lɒŋ] [ɪn] [frʌnt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bækbəʊn] [ænd; ənd]['əupənz]['ɪntuː][ðə; ði] [hɑːt] .

This	extends	along	in	front	of	the	backbone	and	opens	into	the	heart	.
这	扩展	沿着	在	正面	的	这	骨干	和	打开	进入	这	心	.

它沿着脊柱前方延伸，并通向心脏。

[waɪ] [ðə; ði] [blʌd] [fləʊz] [ɪn]['əʊnli][wʌn] [də'rekʃ(ə)n] . — [ðə; ði] [hɑːt] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [fləʊ] [ɒv; əv][ðə; ði]

Why	the	Blood	flows	in	only	one	Direction	.	—	The	heart	causes	the	flow	of	the
为什么	这	血	流量	在	仅有的	一	方向	.	—	这	心	原因	这	流动	的	这

[blʌd] .

blood	.
血	.

为什么血液只能单向流动？——心脏控制着血液的流动。

[ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ] ['skwiːzɪŋ] [tə'geðə(r)] [ɪts] [wɔːlz] [səʊ][æz; əz][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [blʌd] [gəʊ] [aʊt] ['ɪntuː]

It	does	this	by	squeezing	together	its	walls	so	as	to	make	the	blood	go	out	into
它	做	这	经过	挤压	一起	它是	墙壁	所以	作为	到	制作	这	血	去	出去	进入

[ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] .

the	arteries	.
这	动脉	.

它通过收缩血管壁，使血液流入动脉。

[wen] [wʌns] [ɪn] [ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] ,

When	once	in	the	arteries	,
什么时候	一次	在	这	动脉	,

一旦进入动脉，

[ðə; ði] [blʌd] [mʌst; məst] [gəʊ] ['fɔːwəd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['lɪt(ə)l] [dɔːz] [æt; ət] [ðə; ði] [maʊðz]

the	blood	must	go	forward	because	there	are	little	doors	at	the	mouths
这	血	必须	去	向前	因为	那里	是	小的	门	在	这	嘴

[ɒv; əv] [ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] [ɪn] [ðə; ði] [hɑːt] .

of	the	arteries	in	the	heart	.
的	这	动脉	在	这	心	.

血液必须向前流动，因为心脏动脉的开口处有小小的通道。

[ðiːz] [dɔːz] , [kɔːld] [vælvz] , ['əʊpən] [ɪn] ['əʊnli] [wʌn] [də'rekʃ(ə)n] ,

These	doors	,	called	valves	,	open	in	only	one	direction	,
这些	门	,	称为	阀门	,	打开	在	仅有的	一	方向	,

这些被称为阀门的门只能朝一个方向打开。

[səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [blʌd] ['kænɒt] [fləʊ] ['bækwəd] ([fɪg] . -) .

so	that	the	blood	cannot	flow	backward	(	Fig	.	71	)	.
所以	那	这	血	不能	流动	落后	(	如图	.	-	)	.

这样血液就不会倒流（图 71）。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['ʌðə(r)] [vælvz] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['ʌpə(r)] [ænd; ənd] ['ləʊə(r)] ['kævətiz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [hɑːt] ,

There	are	other	valves	between	the	upper	and	lower	cavities	of	the	heart	,
那里	是	其他	阀门	之间	这	上	和	降低	空腔	的	这	心	,

心脏的上腔和下腔之间还有其他瓣膜。

[prɪ'ventɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [frɒm; frəm] ['biːɪŋ] [pʊʃt] [bæk] ['ɪntuː] [ðə; ði] [veɪns] .

preventing	the	blood	from	being	pushed	back	into	the	veins	.
预防	这	血	从	存在	推动	后退	进入	这	静脉	.

阻止血液回流到静脉。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði] [hɑːt] [wɪð] [ðə; ði] [frʌnt] [pɑːt] [kʌt] [ə'weɪ] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði] [fɔː(r)] ['tʃeɪmbəz] [ænd; ənd]

71	—	The	heart	with	the	front	part	cut	away	to	show	the	four	chambers	and
-	—	这	心	和	这	正面	部分	切	离开	到	展示	这	四	房间	和

[vælvz] .

valves	.
阀门	.

71 —心脏的前部被切开，露出四个腔室和瓣膜。

[ðə; ði] ['ærəus] [ʃəʊ] [ðə; ði] [də'rekʃ(ə)n] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [blʌd] [fləʊz] .

The	arrows	show	the	direction	in	which	the	blood	flows	.
这	箭头	展示	这	方向	在	哪个	这	血	流量	.

箭头指示血液流动的方向。

[ðə; ði] ['muːvmənt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [wɔːlz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [hɑːt] [ɪn] [ænd; ənd] [aʊt] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] [hɑːt] [biːt] .

The	movement	of	the	walls	of	the	heart	in	and	out	is	called	the	heart	beat	.
这	移动	的	这	墙壁	的	这	心	在	和	出去	是	称为	这	心	打	.

心脏壁向内和向外的运动称为心跳。

[ðɪs] [kæn; kən][biː; bi] ['pleɪnli]
This can be plainly
这 能 是 显然

这可以很直白地说

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 122]
[页 -]

[第122页]

[felt] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði][hænd][ɒn][ðə; ði] [left] [saɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃest] .
felt by placing the hand on the left side of the chest .
毛毡 经过 放置 这 手 在 这 左边 边 的 这 胸部 .

将手放在胸口左侧，感觉到了。

[ðə; ði] [hɑːt] [biːts] [ə'baʊt] ['sev(ə)nti] [taɪmz] [iːtʃ] ['mɪnɪt] [ɪn] [grəʊn] [p'ɜːsənz] , [bʌt; bət] [mʌtʃ] ['ɒf(tə)n]
The heart beats about seventy times each minute in grown persons , but much oftener
这 心 节拍 关于 七十 时代 每个 分钟 在 生长 人 , 但 很多 更频繁
[ɪn] ['tʃɪldrən] .
in children .
在 孩子们 .

成年人的心跳每分钟大约70次，但儿童的心跳频率要高得多。

[æt; ət] [iːtʃ] [biːt] [ə; eɪ] [weɪv] [ɒv; əv] [blʌd] [fləʊz] [ə'lɒŋ] [ðə; ði] ['ɑːtəɹiz] .
At each beat a wave of blood flows along the arteries .
在 每个 打 一个 海浪 的 血 流量 沿着 这 动脉 .

每一次心跳都会有一波血液沿着动脉流动。

[ðɪs] [ɪz] [nəʊn] [æz; əz][ðə; ði] [pʌls] .
This is known as the pulse .
这 是 已知 作为 这 脉冲 .

这就是所谓的脉搏。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [felt] [æt; ət][ðə; ði] [beɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [θʌm] ,
It may be felt at the base of the thumb ,
它 可能 是 毛毡 在 这 根据 的 这 拇指 ,

可能在拇指根部能感觉到，

[weə(r)] [æn; ən] ['ɑːtəri] [rʌnz] [dʒʌst]['ʌndə(r)][ðə; ði] [skɪn] .
where an artery runs just under the skin .
在哪里 一个 动脉 跑步 只是 在下面 这 皮肤 .

动脉位于皮肤下方。

[waɪ] [ðə; ði] [hɑːt] ['sʌmtaɪmz] [biːts] [fɑːstə(r)] . — [wen] [wiː; wi] [rʌn] [ɔː(r)][duː; də] [hɑːd] [wɜːk] ,
Why the Heart sometimes beats Faster . — When we run or do hard work ,
为什么 这 心 有时 节拍 快点 . — 什么时候 我们 跑步 或者 做 难的 工作 ,

为什么心跳有时会加快？——当我们跑步或进行剧烈运动时，

[ðə; ði] [hɑːt] [meɪ] [biːt] [twaɪs] [æz; əz][fɑːst][æz; əz] [wen] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] ['laɪɪŋ] [daʊn] .
the heart may beat twice as fast as when we are lying down .
这 心 可能 打 两次 作为 快速地 作为 什么时候 我们 是 说谎 向下 .

心跳速度可能会比躺下时快一倍。

[ðɪs] [ɪz][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [niːd] [mɔː(r)]['ɒksɪdʒən][tuː; tə] [help] [ðem; ðəm][ækt] .
This is because the muscles need more oxygen to help them act .
这 是 因为 这 肌肉 需要 更多的 氧 到 帮助 他们 行为 .

这是因为肌肉需要更多的氧气来帮助它们活动。

[wɜːk] [meɪks] [ðem; ðəm] [get] ['hʌŋgri] ,
Work makes them get hungry ,
工作 制作 他们 得到 饥饿的 ,

工作让他们感到饥饿。

[ænd; ənd] [ðeɪ] [send] [wɜːd] [baɪ][ðə; ði] [nɜːvz] [tuː; tə][ðə; ði] [hɑːt] [tuː; tə] ['hʌri] [ə'lɒŋ] [ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə]

and	they	send	word	by	the	nerves	to	the	heart	to	hurry	along	the	blood	to
和	他们	发送	单词	经过	这	神经	到	这	心	到	匆忙	沿着	这	血	到

[brɪŋ] [mɔː(r)]['ɒksɪdʒən][frɒm; frəm][ðə; ði] [lʌŋz] .

bring	more	oxygen	from	the	lungs	.
带来	更多的	氧	从	这	肺	.

它们通过神经向心脏发出信号，加快血液从肺部输送更多氧气。

[wen] [dʒɜːrmz] [meɪk] [ðə; ði] ['bɒdi] [sɪk] ,

When	germs	make	the	body	sick	,
什么时候	细菌	制作	这	身体	生病的	,

当细菌使身体生病时，

[ðə; ði] [hɑːt] ['ɒf(ə)n] [biːts] [fɑːstə(r)][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ə'fektɪd] [baɪ][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n] [meɪd] [baɪ][ðə; ði]

the	heart	often	beats	faster	because	it	is	affected	by	the	poison	made	by	the
这	心	经常	节拍	快点	因为	它	是	做作的	经过	这	毒	制成	经过	这

[dʒɜːrmz] .

germs	.
细菌	.

由于受到细菌产生的毒素的影响，心脏往往会跳动加快。

[ðə; ði]['dɒktə(r)] [ðen] [fiːlz] [ðə; ði] [pʌls] [tuː; tə] [tel] [haʊ] [mʌtʃ] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] ['pɔɪz(ə)nd] .

The	doctor	then	feels	the	pulse	to	tell	how	much	the	body	is	poisoned	.
这	医生	然后	感觉	这	脉冲	到	告诉	如何	很多	这	身体	是	中毒	.

医生随后会触摸脉搏，以判断体内毒素的含量。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	123	]
[	页	-	]

[第123页]

[juːz][ɒv; əv] [blʌd] [selz] . — [ðə; ði] [red] [selz] [ækt] [laɪk] [boʊts] .

Use	of	Blood	Cells	.	—	The	red	cells	act	like	boats	.
使用	的	血	细胞	.	—	这	红色的	细胞	行为	喜欢	船	.

血液细胞的用途——红细胞就像船一样。

[ðeɪ] [ləʊd] [ʌp] [wɪð] ['ɒksɪdʒən][ɪn][ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] ['kæri] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

They	load	up	with	oxygen	in	the	lungs	and	carry	it	to	all	parts	of	the	body	.
他们	加载	向上	和	氧	在	这	肺	和	携带	它	到	全部	部分	的	这	身体	.

它们在肺部吸收氧气，并将氧气输送到身体的各个部位。

[hɪə(r)] [ðeɪ] [treɪd] [ˌaɪ 'tiː] [ɒf] [fɔː(r); fə(r)] ['kɑːbən] [daɪ'ɒksaɪd] , [ə; eɪ] [weɪst] ['sʌbstəns] .

Here	they	trade	it	off	for	carbon	dioxide	,	a	waste	substance	.
这里	他们	贸易	它	离开	为了	碳	二氧化硫	,	一个	浪费	物质	.

在这里，它们用这种物质交换二氧化碳这种废弃物。

[ðɪs] [ðeɪ] ['kæri] [bæk] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] [tuː; tə][biː; bi][kɑːst] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

This	they	carry	back	to	the	lungs	to	be	cast	out	of	the	body	.
这	他们	携带	后退	到	这	肺	到	是	投掷	出去	的	这	身体	.

它们将这些物质带回肺部，最终排出体外。

[ðeə(r)] [ɪz] [wʌn] [waɪt] [blʌd] [sel] [tuː; tə] ['evri] [fɔː(r)] ['hʌndrəd] [red] [wʌnz] .

There	is	one	white	blood	cell	to	every	four	hundred	red	ones	.
那里	是	一	白色的	血	细胞	到	每一个	四	百	红色的	一个	.

每400个红细胞中就含有1个白细胞。

[ðə; ði] [waɪt] [selz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] ['bɒdi] - [gɑːdz] .

The	white	cells	are	the	body	-	guards	.
这	白色的	细胞	是	这	身体	-	守卫	.

白细胞就像保镖。

[ðeɪ] [tʃeɪndʒ] [ðeə(r)] [ʃeɪp] [ænd; ənd][ɑː(r); ə(r)]['eɪb(ə)l][tuː; tə] [krɔːl] [θruː] [ðə; ði] [wɔːlz] [ɒv; əv][ðə; ði]

They	change	their	shape	and	are	able	to	crawl	through	the	walls	of	the
他们	改变	他们的	形状	和	是	有能力的	到	爬行	通过	这	墙壁	的	这

['kəpɪlərɪz] .

capillaries	.
毛细血管	.

它们会改变形状，并能穿过毛细血管壁。

[weər'evə(r)] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [hɜːt] ,

Wherever	the	body	is	hurt	,
无论	这	身体	是	伤害	,

身体任何部位受伤，

[ðeɪ] [kə'lekt] [ɪn] [lɑːdʒ] ['nʌmbəz] [ænd; ənd] [iːt] [ðə; ði][dʒɜːrmz] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] ['ɔːlweɪz] ['traɪɪŋ] [tuː; tə][get]

they	collect	in	large	numbers	and	eat	the	germs	which	are	always	trying	to	get
他们	收集	在	大的	数字	和	吃	这	细菌	哪个	是	总是	尝试	到	得到

['ɪntuː][ðə; ði] ['bɒdi] [θruː] [sɔːrz] .

into	the	body	through	sores	.
进入	这	身体	通过	疮	.

它们大量聚集，吃掉那些总是试图通过伤口进入人体的细菌。

[ðə; ði] [waɪt] ['mætə(r)] [kɔːld] [pʌs] [ɪn][ə; eɪ][sɔː(r)][ɪz] ['lɑːdʒli] [meɪd] [ɒv; əv] [waɪt] [blʌd] [selz] [wɪtʃ]

The	white	matter	called	pus	in	a	sore	is	largely	made	of	white	blood	cells	which
这	白色的	事情	称为	脓	在	一个	疮	是	很大程度上	制成	的	白色的	血	细胞	哪个

[keɪm] [ðeə(r)][tuː; tə] [faɪt] [ðə; ði][dʒɜːrmz][ænd; ənd][wɜː(r); wə(r)] [kɪld] [ɪn][ðə; ði]['bæt(ə)l] .

came	there	to	fight	the	germs	and	were	killed	in	the	battle	.
来了	那里	到	斗争	这	细菌	和	是	被杀	在	这	战斗	.

疮口中的白色物质，也就是脓液，主要由白细胞组成，这些白细胞来到这里是为了对抗细菌，但在战斗中被杀死了。

[ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv] [bɔɪlz] [ænd; ənd] ['fiːvə] ['ɒf(ə)n] [get]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] ,

The	germs	of	boils	and	fevers	often	get	into	the	blood	,
这	细菌	的	沸腾	和	发烧	经常	得到	进入	这	血	,

疖子和发烧的病菌常常会进入血液。

[bʌt; bət][ðə; ði] [waɪt] [selz] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [kɪl] [ðem; ðəm] [bɪ'fɔː(r)] [ðeɪ] [hæv; həv][ə; eɪ] [tʃɑːns] [tuː; tə] [grəʊ]

but	the	white	cells	usually	kill	them	before	they	have	a	chance	to	grow
但	这	白色的	细胞	通常	杀	他们	前	他们	有	一个	机会	到	生长

['ɪntuː] [lɑːdʒ] ['nʌmbəz] [ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði] ['bɒdi] [sɪk] .

into	large	numbers	and	make	the	body	sick	.
进入	大的	数字	和	制作	这	身体	生病的	.

但是白细胞通常会在它们有机会大量繁殖并使身体生病之前将其杀死。

[haʊ] [tuː; tə] [stɒp] ['bliːdɪŋ] . — [məʊst][ɒv; əv][ðə; ði]['lɑːdʒə(r)] ['ɑːtəɹiz] [ɑː(r); ə(r)] [diːp] [ɪn][ðə; ði] [fleʃ]

How	to	stop	Bleeding	.	—	Most	of	the	larger	arteries	are	deep	in	the	flesh
如何	到	停止	出血	.	—	最多	的	这	更大的	动脉	是	深的	在	这	肉

[ænd; ənd] ['seldəm] [get] [kʌt] .

and	seldom	get	cut	.
和	很少	得到	切	.

如何止血——大多数较大的动脉位于肌肉深处，很少会被割断。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['meni] [veɪns] [dʒʌst]['ʌndə(r)][ðə; ði] [skɪn] .

There	are	many	veins	just	under	the	skin	.
那里	是	许多	静脉	只是	在下面	这	皮肤	.

皮肤下有很多血管。

[ɪf] [ðə; ði] [blʌd] ['kɒmz] [aʊt] [ɪn] [spɜːt] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz][frɒm; frəm][æn; ən] ['ɑːtəri] ; [bʌt; bət] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [fləʊz]

If	the	blood	comes	out	in	spurts	,	it	is	from	an	artery	;	but	if	it	flows
如果	这	血	来	出去	在	喷涌	,	它	是	从	一个	动脉	;	但	如果	它	流量

['stedəli] ,

steadily	,
稳步	,

如果血液呈喷射状流出，则来自动脉；但如果血液持续流出，

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][frɒm; frəm][ə; eɪ][veɪn] .

it	is	from	a	vein	.
它	是	从	一个	静脉	.

它取自静脉。

[ɪf] [ðə; ði] [blʌd] [dʌz] [nɒt] [rʌn] [aʊt] [ɪn][ə; eɪ] [striːm] , [ˌaɪ ˈtiː] [wɪl] [stɒp] [wɪˈðaʊt] ['eni] ['speʃ(ə)l] [keə(r)] .

If	the	blood	does	not	run	out	in	a	stream	,	it	will	stop	without	any	special	care	.
如果	这	血	做	不是	跑步	出去	在	一个	溪流	,	它	将要	停止	没有	任何	特别的	关心	.

如果血液没有成流状流出，即使不进行特殊处理，也会自行停止。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] [blʌd] [gets] [tuː; tə][ðə; ði][eə(r)][ˌaɪ ˈtiː] [fɔːmz] [ə; eɪ] ['dʒɛliˌlaɪk] [mæs] [kɔːld] [ə; eɪ]

As	soon	as	the	blood	gets	to	the	air	it	forms	a	jellylike	mass	called	a
作为	很快	作为	这	血	获得	到	这	空气	它	表格	一个	果冻状	大量的	称为	一个

[klɒt] .

clot	.
凝块	.

血液一旦接触到空气，就会形成一种胶状物质，称为血凝块。

[ðɪs] [helps] [stɒp] [ðə; ði] [fləʊ] .

This	helps	stop	the	flow	.
这	帮助	停止	这	流动	.

这有助于止血。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	124	]
[	页	-	]

[第124页]

[ɔːl] [hɜːt] ['pleɪsɪz] [ɪn][ðə; ði] [skɪn] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [taɪd] [ʌp] [ɪn][ə; eɪ] [kliːn] [klɒθ] .

All	hurt	places	in	the	skin	should	be	tied	up	in	a	clean	cloth	.
全部	伤害	地方	在	这	皮肤	应该	是	系	向上	在	一个	干净的	布	.

皮肤上所有受伤的部位都应该用干净的布包扎起来。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['stɒpɪŋ] [ðə; ði] [fləʊ] [ɒv; əv] [blʌd] [frɒm; frəm][æn; ən] ['ɑːtəri] .

72	—	Stopping	the	flow	of	blood	from	an	artery	.
-	—	停止	这	流动	的	血	从	一个	动脉	.

72 — 阻断动脉的血液流动。

[ɪf] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['ɑːtəri] [ɪz] [kʌt] ,

If	a	large	artery	is	cut	,
如果	一个	大的	动脉	是	切	,

如果一条大动脉被切断，

[ə; eɪ] ['bændɪdʒ] ['twɪstɪd] [taɪt] [wɪð] [ə; eɪ] [stɪk] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [lɪm] [ɒn][ðə; ði] [saɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [wuːnd]

a	bandage	twisted	tight	with	a	stick	around	the	limb	on	the	side	of	the	wound
一个	绷带	扭曲	紧的	和	一个	戳	大约	这	肢	在	这	边	的	这	伤口

[nekst][tuː; tə][ðə; ði] [hɑːt] [wɪl] [stɒp] [ðə; ði] ['bliːdɪŋ] .

next	to	the	heart	will	stop	the	bleeding	.
下一个	到	这	心	将要	停止	这	出血	.

用一根棍子将绷带紧紧缠绕在伤口靠近心脏一侧的肢体上，即可止血。

[ɪf] [ə; eɪ] [veɪn] [ɪz] [kʌt] ,
If a vein is cut ,
如果 一个 静脉 是 切 ,

如果静脉被切断，

[ðə; ði] ['bændɪdʒ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [pleɪst] [ɒn] [ðə; ði] [saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [kʌt] [ə'weɪ] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [hɑːt] .
the bandage should be placed on the side of the cut away from the heart .
这 绷带 应该 是 放置 在 这 边 的 这 切 离开 从 这 心 .

绷带应该贴在远离心脏的伤口一侧。

[ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] ['wiːkən] [ðə; ði] [blʌd] . — [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [biːn] ['nəʊtɪst] [fɔː(r); fə(r)] [sʌm; səm] [j'iəz]
Alcoholic Drinks weaken the Blood . — It has been noticed for some years
酗酒者 饮料 削弱 这 血 . — 它 有 到过 注意到 为了 一些 年
[ðæt] [wen] [ə; eɪ] ['juːzə(r)] [ɒv; əv] [bɪə(r)] [ɔː(r)] ['wɪski] [ɪz] [ə'tækt] [wɪð] ['fiːvə(r)] ,
that when a user of beer or whisky is attacked with fever ,
那 什么时候 一个 用户 的 啤酒 或者 威士忌酒 是 遭到攻击 和 发烧 ,

酒精饮料会削弱血液。——多年来人们注意到，当饮用啤酒或威士忌的人发烧时，

[ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɪz] [mɔː(r)] [sɪ'vɪə(r)] [ðæn; ðən] [ɪn] [wʌn] [nɒt] ['juːzɪŋ] ['ælkəhɒl] .
the disease is more severe than in one not using alcohol .
这 疾病 是 更多的 严重 比 在 一 不是 使用 酒精 .

饮酒者的病情比不饮酒者更为严重。

[ðə; ði] ['riːz(ə)n] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] [hæz; həz] ['leɪtli] [biːn] [ɪk'spleɪnd] [baɪ] [ə; eɪ] [wel] - [nəʊn] ['saɪəntɪst]
The reason for this has lately been explained by a well - known scientist
这 原因 为了 这 有 最近 到过 解释 经过 一个 出色地 - 已知 科学家
['wɜːkɪŋ] [ɪn] ['pærɪs] .
working in Paris .
在职的 在 巴黎 .

最近，一位在巴黎工作的知名科学家解释了造成这种情况的原因。

[hiː; hi] [pʊt] ['sɜːt(ə)n] [dɪ'ziːz] [dʒɜːrmz] [ɪn] ['ræbɪts] , [bʌt; bət] [ðeɪ] [dɪd] [nɒt] [bɪ'kʌm] [sɪk] .
He put certain disease germs in rabbits , but they did not become sick .
他 放 肯定 疾病 细菌 在 兔子 , 但 他们 做过 不是 变得 生病的 .

他把某些致病细菌放进兔子体内，但它们并没有生病。

[wen] [hiː; hi] [geɪv] [ðem; ðəm] [ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['ælkəhɒl] [ænd; ənd] [pʊt] [ðə; ði] [seɪm] [ə'maʊnt] [ɒv; əv] [dɪ'ziːz]
When he gave them a little alcohol and put the same amount of disease
什么时候 他 给予 他们 一个 小的 酒精 和 放 这 相同的 数量 的 疾病
[dʒɜːrmz] [ɪn] [ðem; ðəm]
germs in them
细菌 在 他们

当他给他们喝了一点酒精，并放入等量的致病细菌后.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 125]
[页 -]

[第125页]

[æz; əz] [bɪ'fɔː(r)] , [ðeɪ] [bɪ'keɪm] [sɪk] [ænd; ənd] [daɪd] .
as before , they became sick and died .
作为 前 , 他们 成为 生病的 和 死亡 .

和以前一样，他们生病去世了。

[baɪ] ['keəf(ə)l] ['stʌdi] [hiː; hi] ['lɜːnɪd] [ðæt] [ðə; ði] [waɪt] [blʌd] [selz] [hæd; həd] [ɪn] [ðə; ði] [fɜːst] [keɪs] [kɪld]
By careful study he learned that the white blood cells had in the first case killed
经过 小心 学习 他 学习 那 这 白色的 血 细胞 有 在 这 第一的 案件 被杀
[ðə; ði] [dʒɜːrmz] .
the germs .
这 细菌 .

通过仔细研究，他了解到，在第一个案例中，白细胞杀死了细菌。

[ɪn][ðə; ði]['sekənd] [ɪk'sperɪmənt] [ðə; ði] [blʌd] [selz] [wɜ:(r); wə(r)] [meɪd] [səʊ] [wi:k] [ænd; ənd]['leɪzi][baɪ][ðə; ði]

In	the	second	experiment	the	blood	cells	were	made	so	weak	and	lazy	by	the
在	这	第二	实验	这	血	细胞	是	制成	所以	虚弱的	和	懒惰的	经过	这

['ælkəhɒl] [ðæt] [ðeɪ] [dɪd] [nɒt] [pʊt] [ʌp] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [strɒŋ] [faɪt] [ə'genst] [ðə; ði][dʒɜ:rmz] .

alcohol	that	they	did	not	put	up	such	a	strong	fight	against	the	germs	.
酒精	那	他们	做过	不是	放	向上	这样的	一个	强的	斗争	反对	这	细菌	.

在第二个实验中，酒精使血细胞变得非常虚弱和懒惰，以至于它们无法对细菌进行强有力的抵抗。

[tə'bækəʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [blʌd] . — ['eni] [wʌn] [hu:] [tʃu:z] [ɔ:(r)] [sməʊks] [tə'bækəʊ] ['regjələli] [gets]

Tobacco	and	the	Blood	.	—	Any	one	who	chews	or	smokes	tobacco	regularly	gets
烟草	和	这	血	.	—	任何	一	WHO	咀嚼	或者	烟雾	烟草	经常	获得

[mʌtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n]['ɪntu:][ðə; ði] [blʌd] .

much	of	the	poison	into	the	blood	.
很多	的	这	毒	进入	这	血	.

烟草与血液——经常嚼烟或吸烟的人，血液中都会积累大量毒素。

[ðə; ði] ['ves(ə)lz] [ɪn][ðə; ði] [maʊθ] [ænd; ənd] [θrəʊt] [drɪŋk] [ɪn][sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði][dʒu:s][ænd; ənd]['ɔ:lsəʊ]

The	vessels	in	the	mouth	and	throat	drink	in	some	of	the	juice	and	also
这	船只	在	这	嘴	和	喉	喝	在	一些	的	这	汁	和	还

[ðə; ði]['pɔɪz(ə)n][frɒm; frəm][ðə; ði] [sməʊk] .

the	poison	from	the	smoke	.
这	毒	从	这	抽烟	.

口腔和咽喉中的血管会吸收一些汁液，也会吸收烟雾中的毒素。

[haʊ] [mʌtʃ] [ðɪs] ['pɔɪz(ə)n] [ə'fekts] [ðə; ði] [blʌd] [selz] [ɪz] [nɒt] [nəʊn] ,

How	much	this	poison	affects	the	blood	cells	is	not	known	,
如何	很多	这	毒	影响	这	血	细胞	是	不是	已知	,

这种毒素对血细胞的影响程度尚不清楚。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['laɪkli] [tu:; tə][du:; də][ðem; ðəm][sʌm; səm] [hɑ:m] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'ti:] [meɪks] [ðə; ði] ['grəʊɪŋ]

but	it	is	likely	to	do	them	some	harm	because	it	makes	the	growing
但	它	是	可能	到	做	他们	一些	伤害	因为	它	制作	这	生长

[selz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [les] ['æktɪv] .

cells	of	the	body	less	active	.
细胞	的	这	身体	较少的	积极的	.

但这样做可能会对他们造成一些伤害，因为它会降低体内正在生长的细胞的活性。

[haʊ] [bɪə(r)] ['wi:kən] [ðə; ði] [hɑ:t] . — ['wɪski] [wɒz; wəz][æt; ət][wʌn] [taɪm] [θɔ:t] [tu:; tə] ['streŋ(k)θn]

How	Beer	weakens	the	Heart	.	—	Whisky	was	at	one	time	thought	to	strengthen
如何	啤酒	减弱	这	心	.	—	威士忌酒	曾是	在	一	时间	想法	到	加强

[ðə; ði] [hɑ:t] ,

the	heart	,
这	心	,

啤酒如何削弱心脏？——威士忌一度被认为能强健心脏。

[bʌt; bət]['dɑ:ktərz]['dʒen(ə)rəli] [ə'gri:] [naʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'ti:] ['wi:kən] [ðə; ði] [hɑ:t] .

but	doctors	generally	agree	now	that	it	weakens	the	heart	.
但	医生	一般来说	同意	现在	那	它	减弱	这	心	.

但现在医生们普遍认为，它会削弱心脏功能。

[ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [meɪk] [ðə; ði] [hɑ:t] [bi:t] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][strɒŋgə(r)][fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ] [fju:] ['mɪnɪts] ,

It	may	make	the	heart	beat	a	little	stronger	for	a	few	minutes	,
它	可能	制作	这	心	打	一个	小的	更强	为了	一个	很少	分钟	,

它可能会使心跳在几分钟内稍微增强一些。

[bʌt; bət]['ɑ:ftə(r)] [ðæt] [ðə; ði] ['bi:tɪŋ] [ɪz] [wi:kə] [ðæn; ðən]['ju:ʒuəl] .

but	after	that	the	beating	is	weaker	than	usual	.
但	后	那	这	殴打	是	较弱	比	通常	.

但之后，殴打的力度比平时要轻。

[mʌtʃ] [juːz][ɒv; əv][bɪə(r)][ɪz] [nəʊn] [tuː; tə] [meɪk] [fæt] [kə'lekt] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [hɑːt] [ænd; ənd][ˈɔːlsəʊ] [kɔːz]

Much	use	of	beer	is	known	to	make	fat	collect	around	the	heart	and	also	cause
很多	使用	的	啤酒	是	已知	到	制作	胖的	收集	大约	这	心	和	还	原因

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] [hɑːt] [ˈmʌs(ə)l] [ɪtˈself][tuː; tə] [tʃeɪndʒ] [ˈɪntuː][fæt] .

some	of	the	heart	muscle	itself	to	change	into	fat	.
一些	的	这	心	肌肉	本身	到	改变	进入	胖的	.

众所周知，大量饮用啤酒会导致脂肪在心脏周围积聚，还会导致部分心肌本身转化为脂肪。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðə; ði] [hɑːt] [bɪˈkʌmz] [səʊ] [wiːk] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː][kæn; kən][nəʊ][lɒŋgə(r)][duː; də][ɪts] [wɜːk] ,

In	this	way	the	heart	becomes	so	weak	that	it	can	no	longer	do	its	work	,
在	这	方式	这	心	变成	所以	虚弱的	那	它	能	不	更长	做	它是	工作	,

这样一来，心脏就会变得非常虚弱，以至于无法再正常工作。

[ænd; ənd] [deθ] [rɪˈzʌlts] .

and	death	results	.
和	死亡	结果	.

以及死亡结果。

[ðə; ði] [rɪˈpɔːts] [frɒm; frəm] [ˈdʒɜːməni] [ʃəʊ] [ðæt] [ˈhʌndrədz] [ɒv; əv] [pˈɜːsənz] [daɪ] [ˈevri] [jɪə(r)][frɒm; frəm]

The	reports	from	Germany	show	that	hundreds	of	persons	die	every	year	from
这	报告	从	德国	展示	那	数百	的	人	死	每一个	年	从

[ˈwiːkənd] [hɑːts] [meɪd] [səʊ][baɪ][ðə; ði][juːz][ɒv; əv] [mʌtʃ] [bɪə(r)] .

weakened	hearts	made	so	by	the	use	of	much	beer	.
减弱	心	制成	所以	经过	这	使用	的	很多	啤酒	.

来自德国的报告显示，每年有数百人因大量饮用啤酒导致心脏衰弱而死亡。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	126	]
[	页	-	]

[第126页]

[ˈælkəhɒl] [həːts] [ðə; ði] [blʌd] [ˈves(ə)lz] . — [ˈkeəf(ə)l] [ɪgˌzæmɪˈneɪʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [ˈves(ə)lz][ɒv; əv]

Alcohol	hurts	the	Blood	Vessels	.	—	Careful	examination	of	the	blood	vessels	of
酒精	疼痛	这	血	船只	.	—	小心	考试	的	这	血	船只	的

[ˈdrʌŋkəd] [ˈɑːftə(r)] [deθ] [ʃəʊz] [ðæt] [ɪn] [ˈmeni] [keɪsɪz][ðə; ði]['ælkəhɒl][hæz; həz] [kɔːzd] [ðə; ði] [wɔːlz]

drunkards	after	death	shows	that	in	many	cases	the	alcohol	has	caused	the	walls
醉汉	后	死亡	演出	那	在	许多	案例	这	酒精	有	导致	这	墙壁

[ɒv; əv][ðə; ði] ['ves(ə)lz][tuː; tə] [bɪˈkʌm] [θɪk] [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [hɑːd] .

of	the	vessels	to	become	thick	and	sometimes	hard	.
的	这	船只	到	变得	厚的	和	有时	难的	.

酒精会损害血管。——对醉汉死后的血管进行仔细检查发现，在许多情况下，酒精会导致血管壁增厚，有时甚至变硬。

[ðə; ði] ['θɪkənɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði][wɔːl] [meɪks] [ðə; ði] ['tʃæn(ə)l] [ɒv; əv][ðə; ði][tjuːb][smɔːlə(r)] .

The	thickening	of	the	wall	makes	the	channel	of	the	tube	smaller	.
这	增稠	的	这	墙	制作	这	渠道	的	这	管子	较小的	.

管壁增厚导致管腔变窄。

[ðə; ði] [hɑːt] [mʌst; məst] [ðen] [wɜːk] [mʌtʃ] ['hɑːdə(r)][tuː; tə][get][ðə; ði] [blʌd] [θruː] [tuː; tə] [fiːd] [ðə; ði]

The	heart	must	then	work	much	harder	to	get	the	blood	through	to	feed	the
这	心	必须	然后	工作	很多	更难	到	得到	这	血	通过	到	喂养	这

[tˈɪʃuːz] .

tissues	.
组织	.

这样一来，心脏就必须更加努力地工作，才能将血液输送到各个组织，为其提供营养。

[təˈbækəʊ][ænd; ənd][ðə; ði] [hɑːt] . — ['meni] [bɔɪz] [huː] [juːz][təˈbækəʊ] ['regjələli] [duː; də][nɒt][hæv; həv]

Tobacco	and	the	Heart	.	—	Many	boys	who	use	tobacco	regularly	do	not	have
烟草	和	这	心	.	—	许多	男孩们	WHO	使用	烟草	经常	做	不是	有

[ə; eɪ] ['stedi] [hɑːt] [biːt] .

a	steady	heart	beat	.
一个	稳定的	心	打	.

烟草与心脏——许多经常吸烟的男孩心跳不稳定。

[ðɪs] [ɪz] ['speʃəli] [truː] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [sməʊk] ['sevrəl] ['sɪgəret] ['deɪli] .

This	is	specially	true	of	those	who	smoke	several	cigarettes	daily	.
这	是	特别	真的	的	那些	WHO	抽烟	一些	香烟	日常的	.

对于每天抽好几支烟的人来说，尤其如此。

[ə; eɪ] [fjuː] [j'iəz] [ə'gəʊ] , [wen] ['aʊə(r)] ['kʌntri] [wɒz; wəz][æt; ət][wɔː(r)] [wɪð] [speɪn] , [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv]

A	few	years	ago	,	when	our	country	was	at	war	with	Spain	,	thousands	of
一个	很少	年	前	,	什么时候	我们的	国家	曾是	在	战争	和	西班牙	,	数千	的

[jʌŋ] [men] ,

young	men	,
年轻的	男人	,

几年前，当我们的国家与西班牙交战时，成千上万的年轻人，

['wɒntɪd] [fɔː(r); fə(r)]['səʊldʒəz] ,

wanted	for	soldiers	,
通缉	为了	士兵	,

招募士兵

[wɜː(r); wə(r)] [ɪg'zæmɪnd] [tuː; tə][faɪnd] [aʊt] ['weðə(r)] [ðeə(r)] ['bɒdɪz] [wɜː(r); wə(r)] [strɒŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə]

were	examined	to	find	out	whether	their	bodies	were	strong	enough	to
是	检查	到	寻找	出去	无论	他们的	身体	是	强的	足够的	到

[ɪn'djʊə(r)][ðə; ði] ['hɑːdʃɪps] [ɒv; əv][wɔː(r)] .

endure	the	hardships	of	war	.
忍受	这	艰辛	的	战争	.

对他们进行检查，以确定他们的身体是否足够强壮，能够承受战争的艰辛。

['hʌndrədz] [wɜː(r); wə(r)] [rɪ'fjuːzd] [əd'mɪt(ə)ns] [tuː; tə][ðə; ði] ['ɑːmi] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv] [wiːk] ['bɒdɪz] ,

Hundreds	were	refused	admittance	to	the	army	because	of	weak	bodies	,
数百	是	拒绝	准入	到	这	军队	因为	的	虚弱的	身体	,

数百人因体弱多病而被拒绝入伍。

[ænd; ənd] ['meni] [ɒv; əv][ðem; ðəm][wɜː(r); wə(r)] [rɪ'pɔːtɪd] [baɪ][ðə; ði] [fɪ'zɪʃən] [æz; əz] ['hævɪŋ] [hɑːts]

and	many	of	them	were	reported	by	the	physicians	as	having	hearts
和	许多	的	他们	是	据报道	经过	这	医生	作为	拥有	心

['wiːkənd] [baɪ][ðə; ði][juːz][ɒv; əv][tə'bækəʊ] .

weakened	by	the	use	of	tobacco	.
减弱	经过	这	使用	的	烟草	.

据医生报告，他们中的许多人因吸烟而导致心脏衰弱。

[ðə; ði] [bɔɪz] [prɪ'peərɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['ɑːmi] [æt; ət][ðə; ði] ['mɪlətri] [ə'kædəmi] [æt; ət] [west] [pɔɪnt]

The	boys	preparing	for	the	army	at	the	Military	Academy	at	West	Point
这	男孩们	准备	为了	这	军队	在	这	军队	学院	在	西方	观点

[ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)] [siː] ['faɪtɪŋ] [æt; ət][ðə; ði]['neɪv(ə)l] [ə'kædəmi] [æt; ət] [ə'næpəlɪs] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] [ə'laʊd]

and	for	sea	fighting	at	the	Naval	Academy	at	Annapolis	are	not	allowed
和	为了	海	斗争	在	这	海军	学院	在	安纳波利斯	是	不是	允许

[tuː; tə] [sməʊk] ['sɪgəret] .

to	smoke	cigarettes	.
到	抽烟	香烟	.

在西点军校准备入伍的男孩和在安纳波利斯海军学院准备参加海战的男孩都不允许吸烟。

['aʊə(r)] ['kʌntri] [mʌst; məst][hæv; həv] [strɒŋ] [men] [fɔː(r); fə(r)] [hɑːd] [wɜːk] .

Our	country	must	have	strong	men	for	hard	work	.
我们的	国家	必须	有	强的	男人	为了	难的	工作	.

我们的国家需要强壮的男性来从事艰苦的工作。

[tə'bækəʊ]['nevə(r)] [gɪvz] [streŋθ] , [bʌt; bət]['ɒf(ə)n] ['kɔːzɪz] ['wiːknəs] .

Tobacco	never	gives	strength	,	but	often	causes	weakness	.
烟草	绝不	给予	力量	,	但	经常	原因	弱点	.

烟草不会增强体质，反而常常导致虚弱。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 127]
[页 -]

[第127页]

['tʃæptə(r)] [ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ]
CHAPTER XVII
章 十七

第十七章

['ɪnsekts] [ænd; ənd] [helθ]
INSECTS AND HEALTH
昆虫 和 健康

昆虫与健康

[mə'leərɪə][ɔː(r)] [tʃɪlz] [ænd; ənd]['fiːvə(r)] . — [mə'leərɪə][ɪz][ə; eɪ] [dɪ'ziːz] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt]
Malaria or Chills and Fever . — Malaria is a disease in which the patient
疟疾 或者 寒意 和 发烧 . — 疟疾 是 一个 疾病 在 哪个 这 病人
['juːʒuəli; 'juːʒəli][hæz; həz][ə; eɪ] [tʃɪl] ['fɒləʊd] [baɪ][ə; eɪ]['fiːvə(r)][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [iːtʃ] [deɪ] [ɔː(r)]
usually has a chill followed by a fever at the same time each day or
通常 有 一个 寒意 随后 经过 一个 发烧 在 这 相同的 时间 每个 天 或者
['evri] ['ʌðə(r)] [deɪ] .
every other day .
每一个 其他 天 .

疟疾或寒战和发烧。——疟疾是一种疾病，患者通常每天或隔天在同一时间出现寒战，随后出现发烧。

[θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] ['piːp(ə)l] ['sʌfə(r)] [frɒm; frəm] [ðɪs] ['sɪknəs] [ɪn][ðə; ði] [wɔːm] [pɑːts] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['kʌntri]
Thousands of people suffer from this sickness in the warm parts of our country
数千 的 人们 遭受 从 这 疾病 在 这 温暖的 部分 的 我们的 国家
[ænd; ənd] ['hʌndrədz] [ɒv; əv][ðem; ðəm][daɪ] ['evri] [jɪə(r)] .
and hundreds of them die every year .
和 数百 的 他们 死 每一个 年 .

在我国气候温暖的地区，成千上万的人患有这种疾病，每年有数百人因此丧生。

[ɪn][sʌm; səm]['riːdʒənz] ['piːp(ə)l] ['kænɒt] [lɪv; laɪv][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðɪs] ['sɪknəs] [ə'tæks] ['evri] [wʌn] [huː]
In some regions people cannot live because this sickness attacks every one who
在 一些 地区 人们 不能 居住 因为 这 疾病 攻击 每一个 一 WHO
['kɒmz] [ðeə(r)] .
comes there .
来 那里 .

在某些地区，人们无法生存，因为这种疾病会袭击每一个来到那里的人。

['meni] [j'iəz] [ə'gəʊ][ə; eɪ]['dɒktə(r)] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði] [blʌd] [ɒv; əv][mə'leərɪə]['peɪʃ(ə)nts]['taɪni] ['ænɪmlz] .
Many years ago a doctor found in the blood of malaria patients tiny animals .
许多 年 前 一个 医生 成立 在 这 血 的 疟疾 患者 微小的 动物 .

多年前，一位医生在疟疾患者的血液中发现了微小的动物。

[hiː; hi] [θɔːt] [ðæt] [ðeɪ] [maɪt] [biː; bi][ðə; ði] [kɔːz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['ɪlnəs] ,
He thought that they might be the cause of the illness ,
他 想法 那 他们 可能 是 这 原因 的 这 疾病 ,

他认为它们可能是导致这种疾病的原因。

[bʌt; bət][hiː; hi][kʊd; kəd][nɒt][faɪnd][aʊt] [haʊ] [ðeɪ] [gɒt]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .
but he could not find out how they got into the blood .
但 他 可以 不是 寻找 出去 如何 他们 得到 进入 这 血 .

但他始终无法查明他们是如何进入血液的。

['faɪndɪŋ] [aʊt] [haʊ] [mə'leərɪə][dʒɜːrmz][get]['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] . — [ˌaɪ 'tiː][hæd; həd] [biːn] ['nəʊtɪst] [fɔː(r); fə(r)]

Finding	**out**	**how**	**Malaria**	**Germs**	**get**	**into**	**the**	**Blood**	**.**	**—**	**It**	**had**	**been**	**noticed**	**for**
寻找	出去	如何	疟疾	细菌	得到	进入	这	血	.	—	它	有	到过	注意到	为了

['meni] [j'iəz] [ðæt] [məs'kiːtəʊz] [wɜː(r); wə(r)]['ɔːlweɪz] [faʊnd] [weər'evə(r)] [ðeə(r)][wɒz; wəz][mə'leərɪə] .

many	**years**	**that**	**mosquitoes**	**were**	**always**	**found**	**wherever**	**there**	**was**	**malaria**	**.**
许多	年	那	蚊子	是	总是	成立	无论	那里	曾是	疟疾	.

探究疟疾病菌如何进入血液——多年来人们注意到，凡是有疟疾的地方，总能发现蚊子。

[ɪn][ðə; ði][jɪə(r)] - [tuː] [men] [dɪ'saɪdɪd][tuː; tə][faɪnd] [aʊt] [ɪf] [ðeɪ] [kʊd; kəd][lɪv; laɪv][ɪn][ə; eɪ][mə'leərɪə]

In	**the**	**year**	**1900**	**two**	**men**	**decided**	**to**	**find**	**out**	**if**	**they**	**could**	**live**	**in**	**a**	**malaria**
在	这	年	-	二	男人	决定	到	寻找	出去	如果	他们	可以	居住	在	一个	疟疾

['riːdʒən][ænd; ənd][nɒt][hæv; həv][ðə; ði] [dɪ'ziːz] [wen] [ðə; ði] [məs'kiːtəʊz] [wɜː(r); wə(r)] [kept] [frɒm; frəm]

region	**and**	**not**	**have**	**the**	**disease**	**when**	**the**	**mosquitoes**	**were**	**kept**	**from**
地区	和	不是	有	这	疾病	什么时候	这	蚊子	是	保留	从

['baɪtɪŋ][ðem; ðəm] .

biting	**them**	**.**
咬	他们	.

1900 年，两名男子决定探究，如果能阻止蚊子叮咬他们，他们是否可以在疟疾流行地区生活而不患上疟疾。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [pə'zɪʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] ['kɒmən] ['hʌmpbæk] [mə'skiːtəʊ] [æt; ət] [rest] [wɪð] ['bɒdi] [fʊl] [ɒv; əv] [blʌd]

73	**—**	**Position**	**of**	**the**	**common**	**humpback**	**mosquito**	**at**	**rest**	**with**	**body**	**full**	**of**	**blood**
-	—	位置	的	这	常见的	座头鲸	蚊子	在	休息	和	身体	满的	的	血

[sʌkt] [baɪ] ['θrʌstɪŋ] [ðə; ði][bɪl]['ɪntuː][ðə; ði] [fleʃ] .

sucked	**by**	**thrusting**	**the**	**bill**	**into**	**the**	**flesh**	**.**
真烂	经过	推进	这	账单	进入	这	肉	.

73 —普通驼背蚊静止时的姿势，身体充满血液，通过将喙插入肉中吸食。

[ðeɪ] [meɪd] [ðeə(r)] [həʊm] [ə; eɪ] [həʊl] ['siːz(ə)n] [ɪn][ə; eɪ] ['kɒtɪdʒ] [ɪn][ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv] ['meni] [p'ɜːsənz]

They	**made**	**their**	**home**	**a**	**whole**	**season**	**in**	**a**	**cottage**	**in**	**the**	**midst**	**of**	**many**	**persons**
他们	制成	他们的	家	一个	所有的	季节	在	一个	小屋	在	这	中间	的	许多	人

[huː] [wɜː(r); wə(r)] [sɪk] [wɪð]

who	**were**	**sick**	**with**
WHO	是	生病的	和

他们在一间小屋里住了整整一个季节，小屋周围有很多病人。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**128**	**]**
[	页	-	]

[第128页]

[mə'leərɪə] .

malaria	**.**
疟疾	.

疟疾。

[ðeɪ] [briːðd] [ðə; ði] [seɪm] [eə(r)] , [et; eɪt][ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd][ɒv; əv] [fuːd] ,

They	**breathed**	**the**	**same**	**air**	**,**	**ate**	**the**	**same**	**kind**	**of**	**food**	**,**
他们	呼吸	这	相同的	空气	,	吃	这	相同的	种类	的	食物	,

他们呼吸着同样的空气，吃着同样的食物。

[ænd; ənd][dræŋk][ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd][ɒv; əv]['wɔːtə(r)][æz; əz] [ðəʊz] [huː] ['sʌfəd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [dɪ'ziːz]

and	**drank**	**the**	**same**	**kind**	**of**	**water**	**as**	**those**	**who**	**suffered**	**from**	**the**	**disease**
和	喝	这	相同的	种类	的	水	作为	那些	WHO	遭受	从	这	疾病

,

,

,

他们饮用了与患病者相同的水。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [rɪ'meɪnd] [wel] .

but	they	remained	well	.
但	他们	剩余	出色地	.

但他们身体状况良好。

[ðə; ði]['əʊnli] [θɪŋ] [ðæt] [ðeɪ] [dɪd] ['dɪfrənt] [frɒm; frəm] [ðəʊz] [huː] [gɒt] [sɪk] [wɒz; wəz][tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði]

The	only	thing	that	they	did	different	from	those	who	got	sick	was	to	keep	the
这	仅有的	事物	那	他们	做过	不同的	从	那些	WHO	得到	生病的	曾是	到	保持	这

[məs'kiːtəʊz] [aʊt] [ɒv; əv][ðeə(r)][rʊmz; ruːmz][æt; ət] [naɪt] [baɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [skriːnz] .

mosquitoes	out	of	their	rooms	at	night	by	means	of	screens	.
蚊子	出去	的	他们的	房间	在	夜晚	经过	方法	的	屏幕	.

他们与那些生病的人唯一不同的做法是，晚上用纱窗将蚊子挡在房间外。

[ðɪs] [ɪk'sperɪmənt] [ænd; ənd] ['meni] ['ʌðə(r)] ['stʌdiz] [hæv; həv] [ʃəʊn] [ðæt] [wiː; wi] [kætʃ] [mə'leərɪə]['əʊnli]

This	experiment	and	many	other	studies	have	shown	that	we	catch	malaria	only
这	实验	和	许多	其他	研究	有	所示	那	我们	抓住	疟疾	仅有的

[baɪ][ðə; ði] [baɪts] [ɒv; əv] [məs'kiːtəʊz] .

by	the	bites	of	mosquitoes	.
经过	这	咬	的	蚊子	.

这项实验和许多其他研究表明，我们只能通过蚊子叮咬而感染疟疾。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [pə'zɪʃ(ə)n] [ɒv; əv][ðə; ði][mə'leərɪə] [mə'skiːtəʊ] [æt; ət] [rest] .

74	—	Position	of	the	malaria	mosquito	at	rest	.
-	—	位置	的	这	疟疾	蚊子	在	休息	.

74 —疟蚊静止时的姿势。

['əʊnli][ə; eɪ] [fjuː] [məs'kiːtəʊz] ['kæri] [mə'leərɪə] . — [mə'leərɪə][ɪz][nɒt] ['kɒmən] [ɪn][ɔːl]['riːdʒənz] [weə(r)]

Only	a	Few	Mosquitoes	carry	Malaria	.	—	Malaria	is	not	common	in	all	regions	where
仅有的	一个	很少	蚊子	携带	疟疾	.	—	疟疾	是	不是	常见的	在	全部	地区	在哪里

[məs'kiːtəʊz] [lɪv; laɪv] ,

mosquitoes	live	,
蚊子	居住	,

只有少数蚊子携带疟疾。——疟疾并非在蚊子栖息的所有地区都很常见。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] [faʊnd] [ðæt] ['əʊnli][wʌn] [gruːp] [ɒv; əv] [məs'kiːtəʊz] ['kæriz] [ðə; ði][dʒɜːrmz] .

and	it	has	been	found	that	only	one	group	of	mosquitoes	carries	the	germs	.
和	它	有	到过	成立	那	仅有的	一	团体	的	蚊子	携带	这	细菌	.

研究发现，只有一类蚊子携带这些病菌。

[ðə; ði] [tuː] ['kɒmən] [gruːps] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [streɪt] - [bækt] [ænd; ənd][ðə; ði] [hʌmpt] .

The	two	common	groups	are	the	straight	-	backed	and	the	humped	.
这	二	常见的	团体	是	这	直的	-	支持的	和	这	驼背	.

常见的两大类是直背猪和驼背猪。

[tuː; tə] [pruːv] [ðæt] [ðə; ði] [streɪt] - [bækt] [wʌnz] [dɪd][ðə; ði] [hɑːm] ['sevrəl] [ɒv; əv][ðem; ðəm][wɜː(r); wə(r)]

To	prove	that	the	straight	-	backed	ones	did	the	harm	several	of	them	were
到	证明	那	这	直的	-	支持的	一个	做过	这	伤害	一些	的	他们	是

[ə'laʊd] [tuː; tə] [sʌk] [blʌd] [frɒm; frəm][ə; eɪ][mæn] [sɪk] [wɪð] [mə'leərɪə][ɪn] ['ɪtəli] .

allowed	to	suck	blood	from	a	man	sick	with	malaria	in	Italy	.
允许	到	吸	血	从	一个	男人	生病的	和	疟疾	在	意大利	.

为了证明直背鼠会造成伤害，研究人员让其中几只在意大利吸食一名患有疟疾的男子的血液。

[ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [ðen] [sent] [tuː; tə] ['lʌndən] [ænd; ənd] [let] [baɪt]

They	were	then	sent	to	London	and	let	bite
他们	是	然后	发送	到	伦敦	和	让	咬

然后它们被送往伦敦，并被放生去咬人。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 129]
[页 -]

[第129页]

[ə; eɪ] ['helθi] [mæn] .
a healthy man .
一个 健康 男人 .

一个健康的男人。

[ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [hiː; hi] [bɪ'keɪm] [sɪk] [wɪð] [mə'leərɪə] .
In a few days he became sick with malaria .
在 一个 很少 天 他 成为 生病的 和 疟疾 .

几天后，他患上了疟疾。

['meni] [ɪk'sperɪm(ə)nts] [wɪð] [ðə; ði] [hʌmpt] - [bæk] [məs'kiːtəʊz] , [faʊnd] ['nɪəli] ['evriweə(r)] [ɪn]['aʊə(r)]
Many experiments with the humped - back mosquitoes , found nearly everywhere in our
许多 实验 和 这 驼背 - 后退 蚊子 , 成立 几乎 到处 在 我们的
['kʌntri] ,
country ,
国家 ,

我们国家几乎到处都能找到驼背蚊，并对其进行了许多实验。

[ʃəʊ] [ðæt] [ðeɪ] [duː; də] [nɒt] ['kæri] [mə'leərɪə][dʒɜːrmz] .
show that they do not carry malaria germs .
展示 那 他们 做 不是 携带 疟疾 细菌 .

结果表明它们不携带疟疾病菌。

['jeləʊ] ['fiːvə(r)] . — [ʌn'tɪl] - ['jeləʊ] ['fiːvə(r)][wɒz; wəz][ðə; ði] [skɜːdʒ] [ɒv; əv] ['meni] ['sɪtɪz] [ɪn][ðə; ði]
Yellow Fever . — Until 1901 yellow fever was the scourge of many cities in the
黄色的 发烧 . — 直到 - 黄色的 发烧 曾是 这 祸害 的 许多 城市 在 这
[saʊθ] .
South .
南 .

黄热病——直到 1901 年，黄热病一直是南方许多城市的祸害。

[θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [p'ɜːsənz] [lɒst] [ðeə(r)][laɪvz; lɪvz][frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː] .
Thousands of persons lost their lives from it .
数千 的 人 丢失的 他们的 生活 从 它 .

数千人因此丧生。

[weər'evə(r)] [ðə; ði] [dred] [dɪ'ziːz] [brəʊk] [aʊt] [ɪn][ə; eɪ] ['sɪti] ['meni] [p'ɜːsənz] [wʊd] [fliː] [tuː; tə][ðə; ði]
Wherever the dread disease broke out in a city many persons would flee to the
无论 这 恐惧 疾病 打破 出去 在 一个 城市 许多 人 会 逃跑 到 这
['kʌntri] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [θɔːt] [ðæt] [ðeɪ] [kʊd; kəd][nɒt] [briːð] [ðə; ði][eə(r)] [wɪ'ðaʊt] ['getɪŋ]
country because they thought that they could not breathe the air without getting
国家 因为 他们 想法 那 他们 可以 不是 呼吸 这 空气 没有 获得
[ðə; ði][dʒɜːrmz] .
the germs .
这 细菌 .

无论可怕的疾病在哪个城市爆发，许多人都会逃往乡村，因为他们认为如果不呼吸乡村的空气就会感染病菌。

[sʌm; səm] [p'ɜːsənz] [θɔːt] [ðæt] [məs'kiːtəʊz] [maɪt] [kɔːz] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] ,
Some persons thought that mosquitoes might cause the disease ,
一些 人 想法 那 蚊子 可能 原因 这 疾病 ,

有些人认为蚊子可能是这种疾病的传播媒介。

[ænd; ənd][ɪn] - [ɪk'sperɪm(ə)nts][wɜː(r); wə(r)] ['kærid] [aʊt] [ɪn]['kjuːbə][tuː; tə] [lɜːn] ['weðə(r)] [məs'kiːtəʊz]

and	in	1900	experiments	were	carried	out	in	Cuba	to	learn	whether	mosquitoes
和	在	-	实验	是	携带	出去	在	古巴	到	学习	无论	蚊子

['riːəli] [dɪd] ['kæri] ['jeləʊ] ['fiːvə(r)][dʒɜːrmz] .

really	did	carry	yellow	fever	germs	.
真的	做过	携带	黄色的	发烧	细菌	.

1900 年，古巴进行了实验，以了解蚊子是否真的携带黄热病病菌。

['sev(ə)n] [men] [meɪd] [ðeə(r)] [həʊm] [ɪn][ə; eɪ] [ruːm] [wel] [skriːnd] [tuː; tə] [kiːp] [aʊt] [ðə; ðɪ] [məs'kiːtəʊz] .

Seven	men	made	their	home	in	a	room	well	screened	to	keep	out	the	mosquitoes	.
七	男人	制成	他们的	家	在	一个	房间	出色地	筛选	到	保持	出去	这	蚊子	.

七个男人住在一间装有纱窗的房间里，以防蚊虫进入。

[ðeɪ] [juːst] ['kləʊðɪŋ] [wɪtʃ] [hæd; həd] [biːn] [wɔːn] [baɪ]['ʌðə(r)z] [sɪk] [wɪð] [ðə; ðɪ]['fiːvə(r)][ænd; ənd]['iːv(ə)n]

They	used	clothing	which	had	been	worn	by	others	sick	with	the	fever	and	even
他们	用过的	衣服	哪个	有	到过	磨损	经过	其他的	生病的	和	这	发烧	和	甚至

[slept] [ɒn] ['piləuz] [ænd; ənd] ['blæŋkɪts] [ɒn] [wɪtʃ] ['jeləʊ] ['fiːvə(r)] ['vɪktɪms] [hæd; həd] [daɪd] .

slept	on	pillows	and	blankets	on	which	yellow	fever	victims	had	died	.
睡着了	在	枕头	和	毯子	在	哪个	黄色的	发烧	受害者	有	死亡	.

他们使用其他患黄热病的人穿过的衣服，甚至睡在黄热病死者死后用过的枕头和毯子上。

['meni] [p'ɜːsənz] [θɔːt] [ðæt] [ðiːz] ['bedkləʊðz] [wɜː(r); wə(r)] [fʊl] [ɒv; əv]['fiːvə(r)][dʒɜːrmz][ænd; ənd] [ðæt]

Many	persons	thought	that	these	bedclothes	were	full	of	fever	germs	and	that
许多	人	想法	那	这些	床上用品	是	满的	的	发烧	细菌	和	那

[ɔːl][ðə; ðɪ][men] [wʊd] ['ʃʊəli; 'ʃɔːli][get][ðə; ðɪ] [dɪ'ziːz] .

all	the	men	would	surely	get	the	disease	.
全部	这	男人	会	一定	得到	这	疾病	.

许多人认为这些床单上沾满了发烧的细菌，所有男人肯定都会染上这种疾病。

[nɒt] [wʌn][ɒv; əv][ðem; ðəm] , [haʊ'evə(r)] ,

Not	one	of	them	,	however	,
不是	一	的	他们	,	然而	,

然而，他们之中没有一个人是这样的。

[gɒt] [sɪk] [ɔːl'ðəʊ] [ðeɪ] [lɪvd; 'laɪvd][ɪn][ðə; ðɪ] [mɪdst] [ɒv; əv] [ðiːz] [sɔɪld] [mə'tɪərɪəlz] [fɔː(r); fə(r)] [θriː]

got	sick	although	they	lived	in	the	midst	of	these	soiled	materials	for	three
得到	生病的	虽然	他们	居住地	在	这	中间	的	这些	脏的	材料	为了	三

[wiːks] .

weeks	.
周	.

尽管他们在这些肮脏的物品中生活了三个星期，还是生病了。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ðɪ] ['jeləʊ] ['fiːvə(r)] [mə'skiːtəʊ] ['baɪtɪŋ] [ðə; ðɪ]['fɪŋgə(r)] .

75	—	The	yellow	fever	mosquito	biting	the	finger	.
-	—	这	黄色的	发烧	蚊子	咬	这	手指	.

75 —黄热病蚊子叮咬手指。

[nəʊt] [haʊ] [ðə; ðɪ]['ləʊə(r)][lɪp][ɪz] [bent] .

Note	how	the	lower	lip	is	bent	.
笔记	如何	这	降低	唇	是	弯曲	.

注意下唇的弯曲角度。

['sev(ə)n]['ʌðə(r)] [men] [wɜː(r); wə(r)] ['tʃəʊzn] [fɔː(r); fə(r)] [ə'nʌðə(r)] [ɪk'sperɪmənt] .

Seven	other	men	were	chosen	for	another	experiment	.
七	其他	男人	是	选定	为了	其他	实验	.

另外七名男子被选中进行另一项实验。

[ə; eɪ] [lɑːdʒ] [ruːm] [wɒz; wəz] [prɪ'peəd] [ænd; ənd] [meɪd] ['θʌrəli] [kliːn] .

A	large	room	was	prepared	and	made	thoroughly	clean	.
一个	大的	房间	曾是	准备	和	制成	彻底	干净的	.

一间大房间被准备好并彻底打扫干净。

['əʊnli] [kliːn] ['bedɪŋ] [ænd; ənd] [kliːn] [kləʊðz] [wɜː(r); wə(r)] [juːst] .

Only	clean	bedding	and	clean	clothes	were	used	.
仅有的	干净的	寝具	和	干净的	衣服	是	用过的	.

只使用干净的床单和衣服。

[ðə; ðiː] [men] [wɜː(r); wə(r)] ['gɪv(ə)n] [pjʊə(r)] [fuːd] [ænd; ənd] [pjʊə(r)]

The	men	were	given	pure	food	and	pure
这	男人	是	给定	纯的	食物	和	纯的

这些人被给予了纯净的食物和纯净的

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	130	]
[	页	-	]

[第130页]

['wɔːtə(r)] ,

water	,
水	,

水，

[bʌt; bət] ['ɪntuː] [ðə; ðiː] [ruːm] [wɜː(r); wə(r)] [let] [luːs] [məs'kiːtəʊz] [wɪtʃ] [hæd; həd] [biːn] ['sʌkɪŋ] [blʌd]

but	into	the	room	were	let	loose	mosquitoes	which	had	been	sucking	blood
但	进入	这	房间	是	让	松动的	蚊子	哪个	有	到过	吸吮	血

[frɒm; frəm] [ə; eɪ] ['pɜːs(ə)n] [sɪk] [wɪð] [ðə; ðiː] ['fiːvə(r)] .

from	a	person	sick	with	the	fever	.
从	一个	人	生病的	和	这	发烧	.

但是，房间里却放出了吸食发烧病人血液的蚊子。

[ɪn] [ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [sɪks] [ɒv; əv] [ðə; ðiː] ['sev(ə)n] [men] [bɪ'keɪm] [sɪk] [wɪð] [ðə; ðiː] ['fiːvə(r)] [ænd; ənd] [wʌn] [ɒv; əv]

In	a	few	days	six	of	the	seven	men	became	sick	with	the	fever	and	one	of
在	一个	很少	天	六	的	这	七	男人	成为	生病的	和	这	发烧	和	一	的

[ðem; ðəm] [daɪd] .

them	died	.
他们	死亡	.

几天之内，七个人中有六个人发烧生病，其中一人死亡。

[frɒm; frəm] [ðiːz] [ɪk'sperɪm(ə)nts] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] ['stʌdiz] [wiː; wi] [naʊ] [nəʊ] [ðæt] [ðɪs] ['dredf(ə)l] ['fiːvə(r)]

From	these	experiments	and	other	studies	we	now	know	that	this	dreadful	fever
从	这些	实验	和	其他	研究	我们	现在	知道	那	这	可怕	发烧

[ɪz] ['kærid] [frɒm; frəm] [ðə; ðiː] [sɪk] [tuː; tə] [ðə; ðiː] [wel] ['əʊnli] [baɪ] [ðə; ðiː] [baɪts] [ɒv; əv] [məs'kiːtəʊz] .

is	carried	from	the	sick	to	the	well	only	by	the	bites	of	mosquitoes	.
是	携带	从	这	生病的	到	这	出色地	仅有的	经过	这	咬	的	蚊子	.

通过这些实验和其他研究，我们现在知道，这种可怕的发烧只能通过蚊子的叮咬从病人传播到健康人。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [bʌntʃ] [ɒv; əv] [mə'skiːtəʊ] [egz] ['fləʊtɪŋ] [ɒn] [ðə; ðiː] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv] [ðə; ðiː] ['wɔːtə(r)] .

76	—	A	bunch	of	mosquito	eggs	floating	on	the	surface	of	the	water	.
-	—	一个	束	的	蚊子	鸡蛋	漂浮的	在	这	表面	的	这	水	.

76 —一堆蚊卵漂浮在水面上。

[ɪn'lɑːdʒd] [ə'baʊt] [ˌfɪf'tiːn] [taɪmz] .

Enlarged	about	fifteen	times	.
放大	关于	十五	时代	.

放大约十五倍。

[haʊ] [məs'ki:təʊz] [lɪv; laɪv] . — [bɪ'fɔ:(r)] [wi:; wi] [kæn; kən] [get] [rɪd] [ɒv; əv] ['eni] [pests] [wi:; wi] [mʌst; məst]

How	Mosquitoes	Live	.	—	Before	we	can	get	rid	of	any	pests	we	must
如何	蚊子	居住	.	—	前	我们	能	得到	摆脱	的	任何	害虫	我们	必须

[nəʊ] [weə(r)] [ðə; ði] [egz] [ɑ:(r); ə(r)] ['hætʃt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [jʌŋ] [pɑ:s] [ðeə(r)] ['ɜ:li] [laɪf] .

know	where	the	eggs	are	hatched	and	the	young	pass	their	early	life	.
知道	在哪里	这	鸡蛋	是	孵化	和	这	年轻的	经过	他们的	早期的	生活	.

蚊子的生活习性——在消灭任何害虫之前，我们必须知道蚊卵在哪里孵化，幼蚊在哪里度过早期生活。

[ðə; ði] [egz] [ɒv; əv] [məs'ki:təʊz] [ɑ:(r); ə(r)] [leɪd] [ɒn] ['stændɪŋ] ['wɔ:tə(r)] .

The	eggs	of	mosquitoes	are	laid	on	standing	water	.
这	鸡蛋	的	蚊子	是	铺设	在	常设	水	.

蚊子的卵产在静水中。

[ðə; ði] ['wɔ:tə(r)] [meɪ] [bi:; bi] [ɪn] [æn; ən] [əʊld] [tə'mɑ:təʊ] [kæn; kən] , [ə; eɪ] [reɪn] ['bærəl] , [ə; eɪ] ['sɪstən] ,

The	water	may	be	in	an	old	tomato	can	,	a	rain	barrel	,	a	cistern	,
这	水	可能	是	在	一个	老的	番茄	能	,	一个	雨	桶	,	一个	水箱	,

水可能装在旧番茄罐、雨水桶或蓄水池里。

[ɔ:(r)] [ə; eɪ] [lɑ:dʒ] [pɒnd] .

or	a	large	pond	.
或者	一个	大的	池塘	.

或者一个大池塘。

[ə; eɪ] [deɪ] [ɔ:(r)] [tu:] ['ɑ:ftə(r)] [ðə; ði] ['mʌðə(r)] [leɪz] [wʌn] [ɔ:(r)] [tu:] ['hʌndrəd] [egz] , [ðeɪ] [hætʃ] ['ɪntu:] [dɑ:k]

A	day	or	two	after	the	mother	lays	one	or	two	hundred	eggs	,	they	hatch	into	dark
一个	天	或者	二	后	这	母亲	躺下	一	或者	二	百	鸡蛋	,	他们	孵化	进入	黑暗的

,

,

,

雌性产下一两百枚卵后一两天，卵就会孵化成黑色的小虫。

['rigl] ['ɒbdʒɪkts] [kɔ:ld] ['wɪglə(r)] .

wriggling	objects	called	wigglers	.
扭动	对象	称为	蠕虫	.

蠕动的物体，称为蠕虫。

[ɪn] [frɒm; frəm] [ten] [tu:; tə] ['twenti] [deɪz] ['leɪtə(r)]

In	from	ten	to	twenty	days	later
在	从	十	到	二十	天	之后

十到二十天后

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	131	]
[	页	-	]

[第131页]

[ðeɪ] [tʃeɪndʒ] ['ɪntu:] ['flaɪɪŋ] [məs'ki:təʊz] .

they	change	into	flying	mosquitoes	.
他们	改变	进入	飞行	蚊子	.

它们会变成会飞的蚊子。

[ði:z] ['hæbɪts] [ɒv; əv] [laɪf] [ʃəʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['i:zɪɪst] [taɪm] [tu:; tə] [kɪl] [ðem; ðəm] [ɪz] [wen] [ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)]

These	habits	of	life	show	that	the	easiest	time	to	kill	them	is	when	they	are
这些	习惯	的	生活	展示	那	这	最容易	时间	到	杀	他们	是	什么时候	他们	是

[jʌŋ] .

young	.
年轻的	.

这些生活习性表明，杀死它们的最佳时机是在它们年幼的时候。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑ:f] [ɒv; əv] ['wɪglə(r)] , [ðə; ði] [steɪdʒ] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [mə'ski:təʊ] [laɪvz; lɪvz] [ə; eɪ] [wi:k] [ɔ:(r)]
77 — Photograph of wigglers , the stage in which the mosquito lives a week or
- — 照片 的 蠕虫 , 这 阶段 在 哪个 这 蚊子 生活 一个 星期 或者
[tu:] [ɪn] ['wɔ:tə(r)] .
two in water .
二 在 水 .

77 —蚊子幼虫的照片，这是蚊子在水中生活一到两周的阶段。

['getɪŋ] [rɪd] [ɒv; əv] [məs'ki:təʊz] . — ['djʊərɪŋ] [wɔ:m] ['weðə(r)] [məs'ki:təʊz] [kɔ:z] [ðə; ði] [deθ] [ɒv; əv]
Getting rid of Mosquitoes . — During warm weather mosquitoes cause the death of
获得 摆脱 的 蚊子 . — 期间 温暖的 天气 蚊子 原因 这 死亡 的
[mɔ:(r)] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [p'ɜ:sənz] [ɪn] [ðə; ði] [wɜ:ld] ['evri] [deɪ] [bɪ'saɪdz] ['meɪkɪŋ] ['meni] ['ʌðə(r)z]
more than a thousand persons in the world every day besides making many others
更多的 比 一个 千 人 在 这 世界 每一个 天 除了 制作 许多 其他的
['veri] [sɪk] .
very sick .
非常 生病的 .

如何消灭蚊子？——在温暖的天气里，蚊子每天导致全世界超过一千人死亡，此外还使许多其他人患病。

[tu:; tə] [get] [rɪd] [ɒv; əv] [məs'ki:təʊz] [ɪz] [tu:; tə] [prɪ'vent] ['sɪknəs] [ænd; ənd] [deθ] .
To get rid of mosquitoes is to prevent sickness and death .
到 得到 摆脱 的 蚊子 是 到 防止 疾病 和 死亡 .

消灭蚊子就是预防疾病和死亡。

[ɪn] [wʌn] [jɪə(r)] ['jeləʊ] ['fi:və(r)] [kɪld] ['əʊvə(r)] [faɪv] ['θaʊz(ə)nd] ['pi:p(ə)l] [ɪn] [nju:] [jɔ:k] [ænd; ənd]
In one year yellow fever killed over five thousand people in New York and
在 一 年 黄色的 发烧 被杀 超过 五 千 人们 在 新的 约克 和
[ˌfɪlə'delfiə] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði] ['dɑ:ktərz] [dɪd] [nɒt] [nəʊ] [haʊ] [tu:; tə] [stɒp] [ðə; ði] [dɪ'zi:z] [frɒm; frəm]
Philadelphia because the doctors did not know how to stop the disease from
费城 因为 这 医生 做过 不是 知道 如何 到 停止 这 疾病 从
['spredɪŋ] .
spreading .
传播 .

一年内，黄热病在纽约和费城造成五千多人死亡，因为医生们不知道如何阻止这种疾病的传播。

[wen] [ðɪs] ['fi:və(r)] [brəʊk] [aʊt] [ɪn] [nju:] ['ɔ:rlənz] [ɪn] - ,
When this fever broke out in New Orleans in 1905 ,
什么时候 这 发烧 打破 出去 在 新的 奥尔良 在 - ,

1905年，当这种热病在新奥尔良爆发时，

[les] [ðæn; ðən] [faɪv] ['hʌndrəd] [p'ɜ:sənz] [daɪd] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'ti:] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði] ['dɑ:ktərz] [hæd; həd] [ðen]
less than five hundred persons died of it because the doctors had then
较少的 比 五 百 人 死亡 的 它 因为 这 医生 有 然后
['lɜ:nɪd] [ðæt] [ðə; ði] [dɪ'zi:z] [ɪz] [spred] ['əʊnli] [baɪ] [ðə; ði] ['jeləʊ] ['fi:və(r)] [mə'ski:təʊ] .
learned that the disease is spread only by the yellow fever mosquito .
学习 那 这 疾病 是 传播 仅有的 经过 这 黄色的 发烧 蚊子 .

由于医生们当时了解到这种疾病只能通过黄热病蚊子传播，因此死于这种疾病的人数不到五百人。

[ðeɪ] ['ðeəfɔ:(r)] [bɪ'gæn] ['kɪlɪŋ] [ðə; ði] [məs'ki:təʊz] .
They therefore began killing the mosquitoes .
他们 所以 开始 杀 这 蚊子 .

因此，他们开始捕杀蚊子。

['kerəsi:n] [wɒz; wəz] [pɔ:] ['əʊvə(r)] [ɔ:l] [ðə; ði] [pɒndz] [ænd; ənd] ['stægnənt] [pu:lz] [ɒv; əv] ['wɔ:tə(r)] [wɪtʃ]
Kerosene was poured over all the ponds and stagnant pools of water which
煤油 曾是 倾倒 超过 全部 这 池塘 和 停滞不前 游泳池 的 水 哪个
[kʊd; kəd] [nɒt] [bi:; bi] [dreɪnd] .
could not be drained .
可以 不是 是 排水 .

所有无法排干的池塘和死水潭都浇满了煤油。

[ðɪs] [kɪlz] [ðə; ði] [jʌŋ] [məs'ki:təʊz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði] [ɔɪl] [gets] ['ɪntu:] [ðeə(r)] ['bri:ðɪŋ] [tju:b] [wɪtʃ]

This	kills	the	young	mosquitoes	because	the	oil	gets	into	their	breathing	tube	which
这	杀戮	这	年轻的	蚊子	因为	这	油	获得	进入	他们的	呼吸	管子	哪个

[ðeɪ] [stɪk] [ʌp] [tu:; tə] [ðə; ði] ['sɜ:fɪs]

they	stick	up	to	the	surface
他们	戳	向上	到	这	表面

这会杀死幼蚊，因为油会进入它们附着在表面上的呼吸管。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	132	]
[	页	-	]

[第132页]

[ɒv; əv] [ðə; ði] ['wɔ:tə(r)]

of	the	water
的	这	水

水

[tu:; tə] [get] [eə(r)] .

to	get	air	.
到	得到	空气	.

呼吸空气。

[ɔ:l] [reɪn] ['bærəlz] [ænd; ənd] [tɪn] [kænz] [wɜ:(r); wə(r)] ['emptid] [ænd; ənd] ['sistən] [wɜ:(r); wə(r)] ['taɪtli]

All	rain	barrels	and	tin	cans	were	emptied	and	cisterns	were	tightly
全部	雨	桶	和	锡	罐头	是	清空	和	水箱	是	紧紧

['kʌvəd] .

covered	.
涵盖	.

所有雨水桶和铁罐都被清空，蓄水池也被严严实实地盖好。

[men] , ['wɪmɪn] ,

Men	,	women	,
男人	,	女性	,

男人，女人，

[ænd; ənd] ['tʃɪldrən] [wɜ:kt] [wi:k] [deɪz] [ænd; ənd] ['sʌndez] ['kɪlɪŋ] [məs'ki:təʊz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ]

and	children	worked	week	days	and	Sundays	killing	mosquitoes	because	they
和	孩子们	工作	星期	天	和	星期日	杀	蚊子	因为	他们

[nju:] [ðæt] [ðeɪ] [wɜ:(r); wə(r)] ['seɪvɪŋ] ['hju:mən] [laɪf] .

knew	that	they	were	saving	human	life	.
知道	那	他们	是	保存	人类	生活	.

孩子们平日和周日都在工作，消灭蚊子，因为他们知道自己是在拯救生命。

[ðə; ði] [di'strɔi] ['fi:və(r)] [wɒz; wəz] [stɒpt] .

The	destroying	fever	was	stopped	.
这	摧毁	发烧	曾是	停止	.

这场毁灭性的高烧被遏制住了。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑ:f] [ɒv; əv] [egz] [leɪd] [ɒn] [weɪst] ['mætə(r)] [baɪ] [tu:] [flaɪz] [ɪn] [wʌn] ['aʊə(r)] .

78	—	Photograph	of	eggs	laid	on	waste	matter	by	two	flies	in	one	hour	.
-	—	照片	的	鸡蛋	铺设	在	浪费	事情	经过	二	苍蝇	在	一	小时	.

78 —两只苍蝇在一小时内产在垃圾上的卵的照片。

[flaɪz] [kɔːz] [mʌtʃ] ['sɪknəs] . — ['veri] [fjuː] ['piːp(ə)l] [ɑː(r); ə(r)] [ə'freɪd] [ɒv; əv] [haʊs] [flaɪz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz]

Flies	cause	much	Sickness	.	—	Very	few	people	are	afraid	of	house	flies	because
苍蝇	原因	很多	疾病	.	—	非常	很少	人们	是	害怕的	的	房子	苍蝇	因为

[ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [baɪt] .

they	do	not	bite	.
他们	做	不是	咬	.

苍蝇会传播很多疾病。——很少有人害怕家蝇，因为它们不咬人。

[ɔːl'ðəʊ] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [səʊ] [smɔːl] [ænd; ənd] ['siːmɪŋli] ['hɑːmləs] [jet] [wiː; wi] [nəʊ] [ðæt] [ðeɪ] [kɔːz]

Although	they	are	so	small	and	seemingly	harmless	yet	we	know	that	they	cause
虽然	他们	是	所以	小的	和	似乎	无害	然而	我们	知道	那	他们	原因

['meni] [mɔː(r)] ['deθs] ['evri] [jɪə(r)] [ðæn; ðən] [mæd] [dɒgz] ,

many	more	deaths	every	year	than	mad	dogs	,
许多	更多的	死亡人数	每一个	年	比	疯狂的	狗	,

虽然它们体型很小，看起来也无害，但我们知道它们每年造成的死亡人数比疯狗多得多。

['pɔɪzənəs] [sneɪks] , [ænd; ənd] [ɔːl] [waɪld] [biːsts] .

poisonous	snakes	,	and	all	wild	beasts	.
有毒	蛇	,	和	全部	荒野	野兽	.

毒蛇和所有野生动物。

[flaɪz] [krɔːl] [ə'raʊnd] [ə'mʌŋ] [slɒps] , [ɪn] [spɪ'tuːn] , [ænd; ənd] [ɪn] ['ʌðə(r)] [ˌʌn'kliːn] ['pleɪsɪz] .

Flies	crawl	around	among	slops	,	in	spittoons	,	and	in	other	unclean	places	.
苍蝇	爬行	大约	之中	污水	,	在	痰盂	,	和	在	其他	不洁	地方	.

苍蝇在泔水里、痰盂里和其他不洁的地方爬来爬去。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [ðeɪ] [get] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [dʒɜːrmz] [ɒv; əv] [tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] , ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] ,

In	this	way	they	get	thousands	of	germs	of	tuberculosis	,	typhoid	fever	,
在	这	方式	他们	得到	数千	的	细菌	的	结核	,	伤寒	发烧	,

这样一来，他们就会感染数千种结核病菌、伤寒菌。

[ænd; ənd] ['kɒlərə] [ɒn] [ðeə(r)] [fiːt] [ænd; ənd] [ðen] ['skætə(r)] [ðem; ðəm] ['əʊvə(r)] ['aʊə(r)] [fuːd] [æz; əz] [ðeɪ]

and	cholera	on	their	feet	and	then	scatter	them	over	our	food	as	they
和	霍乱	在	他们的	脚	和	然后	分散	他们	超过	我们的	食物	作为	他们

[krɔːl] [ə'baʊt] [ɒn] [ðə; ði] ['teɪb(ə)l] ,

crawl	about	on	the	table	,
爬行	关于	在	这	桌子	,

它们脚上沾满了霍乱弧菌，然后爬到桌子上，把病毒散播到我们的食物上。

[ɪn] [ðə; ði] ['grəʊsəri] [stɔː(r)] , [ɔː(r)] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] [mɪlk] [kænz] .

in	the	grocery	store	,	or	among	the	milk	cans	.
在	这	杂货店	店铺	,	或者	之中	这	牛奶	罐头	.

在杂货店里，或者在牛奶罐之间。

[ɪn] ['aʊə(r)] [lɑːst] [wɔː(r)] [wɪð] [speɪn] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['səʊldʒəz] [wɜː(r); wə(r)]

In	our	last	war	with	Spain	more	than	a	thousand	of	our	soldiers	were
在	我们的	最后的	战争	和	西班牙	更多的	比	一个	千	的	我们的	士兵	是

[meɪd] [sɪk] [wɪð] ['fiːvə(r)] ['kærid] [tuː; tə] [ðem; ðəm] [baɪ] [flaɪz] .

made	sick	with	fever	carried	to	them	by	flies	.
制成	生病的	和	发烧	携带	到	他们	经过	苍蝇	.

在我们上次与西班牙的战争中，超过一千名士兵因苍蝇传播的疾病而生病。

[ɪn] ['denvə(r)] , [ˌkɒlə'rɑːdəʊ] ,

In	Denver	,	Colorado	,
在	丹佛	,	科罗拉多州	,

在科罗拉多州丹佛市，

[ɪn] - ['fɪfti] [p'ɜːsənz] [wɜː(r); wə(r)] [meɪd] [sɪk] [wɪð] [ðə; ði] ['fiːvə(r)] [baɪ] [flaɪz] [wɪtʃ] [fed] [ɒn] [ðə; ði]

in	1908	fifty	persons	were	made	sick	with	the	fever	by	flies	which	fed	on	the
在	-	五十	人	是	制成	生病的	和	这	发烧	经过	苍蝇	哪个	美联储	在	这

1908年，有50人因苍蝇叮咬而感染了这种热病，这些苍蝇以……为食。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 133]
[页 -]

[第133页]

[slɒps] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] [sɪk] [ruːm] [ænd; ənd] [ðen] [krɔːl] [əˈraʊnd] [ɪn] [ðə; ði] [mɪlk] [kænz] [frɒm; frəm]
slops 污水 **from** 从 **a** 一个 **sick** 生病的 **room** 房间 **and** 和 **then** 然后 **crawled** 爬行 **around** 大约 **in** 在 **the** 这 **milk** 牛奶 **cans** 罐头 **from** 从
[wɪtʃ] [ðəʊz] [huː] [bɪˈkeɪm] [sɪk] [juːst] [mɪlk] .
which 哪个 **those** 那些 **who** WHO **became** 成为 **sick** 生病的 **used** 用过的 **milk** 牛奶 **.** .

它们从病房里捞出泔水，然后在生病的人喝过的牛奶罐里爬来爬去。

[fɪg] .
Fig 如图 **.** .

如图。

- — [ˈfəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv] [ðə; ði] [wɜːm] [steɪdʒ] [ɔː(r)] [ˈlɑːvə] [ɒv; əv] [ðə; ði] [flai] [æt; ət] [ðə; ði] [left] [ænd; ənd]
79 - **—** — **Photograph** 照片 **of** 的 **the** 这 **worm** 蠕虫 **stage** 阶段 **or** 或者 **larva** 幼虫 **of** 的 **the** 这 **fly** 飞 **at** 在 **the** 这 **left** 左边 **and** 和
[θriː] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈsliːpɪŋ] [steɪdʒ] [ɔː(r)] [æt; ət] [ðə; ði] [raɪt] .
three 三 **of** 的 **the** 这 **sleeping** 睡眠 **stage** 阶段 **or** 或者 **pupæ** 蛹 **at** 在 **the** 这 **right** 正确的 **.** .

79 —左边是苍蝇的蠕虫期或幼虫的照片，右边是三张睡眠期或蛹的照片。

[twaɪs] [ðə; ði] [ˈnætʃ(ə)rəl] [saɪz] .
Twice 两次 **the** 这 **natural** 自然的 **size** 尺寸 **.** .

实际尺寸的两倍。

[haʊ] [tuː; tə] [faɪt] [ðə; ði] [flaɪz] . — [haʊs] [flaɪz] [leɪ] [æt; ət] [wʌn] [taɪm] [əˈbaʊt] [wʌn] [ˈhʌndrəd] [egz] [ɪn]
How 如何 **to** 到 **fight** 斗争 **the** 这 **Flies** 苍蝇 **.** . **—** — **House** 房子 **flies** 苍蝇 **lay** 躺 **at** 在 **one** 一 **time** 时间 **about** 关于 **one** 一 **hundred** 百 **eggs** 鸡蛋 **in** 在
[ðə; ði] [dɜːt] [θrəʊn] [aʊt] [ɒv; əv] [hɔːs] [ˈsteɪblz] ,
the 这 **dirt** 污垢 **thrown** 抛掷 **out** 出去 **of** 的 **horse** 马 **stables** 马厩 **,** ,

如何防治苍蝇——家蝇一次会在马厩里翻出的泥土中产下大约一百枚卵。

[ɪn] [ˈgɑːbɪdʒ] [kænz] , [ɔː(r)] [ɪn] [ˈeni] [ˈʌðə(r)] [ˌʌnˈkliːn] [pleɪs] .
in 在 **garbage** 垃圾 **cans** 罐头 **,** , **or** 或者 **in** 在 **any** 任何 **other** 其他 **unclean** 不洁 **place** 地方 **.** .

扔进垃圾桶或其他任何不干净的地方。

[ɪn] [ə; eɪ] [deɪ] [ɔː(r)] [tuː] [ðə; ði] [egz] [hætʃ] [ˈɪntuː] [ˈlɪt(ə)l] [waɪt] [wərmz] [wɪtʃ] [fiːd] [ɒn] [ðə; ði] [dɜːt] .
In 在 **a** 一个 **day** 天 **or** 或者 **two** 二 **the** 这 **eggs** 鸡蛋 **hatch** 孵化 **into** 进入 **little** 小的 **white** 白色的 **worms** 蠕虫 **which** 哪个 **feed** 喂养 **on** 在 **the** 这 **dirt** 污垢 **.** .

一两天后，虫卵孵化成以泥土为食的小白虫。

[wʌn] [ɔː(r)] [tuː] [wiːks] [ˈleɪtə(r)] [ðə; ði] [wərmz] [tʃeɪndʒ] [tuː; tə] [flaɪz] .
One 一 **or** 或者 **two** 二 **weeks** 周 **later** 之后 **the** 这 **worms** 蠕虫 **change** 改变 **to** 到 **flies** 苍蝇 **.** .

一两周后，虫子变成了苍蝇。

[flaɪz] [meɪ] [biː; bi] [kept] [aʊt] [ɒv; əv] [ˈhaʊzɪz] [baɪ] [ˈpʊtɪŋ] [skriːnz] [ɪn] [ðə; ði] [ˈwɪndəʊz] [ænd; ənd] [dɔːz] [ɔː(r)]
Flies 苍蝇 **may** 可能 **be** 是 **kept** 保留 **out** 出去 **of** 的 **houses** 房屋 **by** 经过 **putting** 推杆 **screens** 屏幕 **in** 在 **the** 这 **windows** 视窗 **and** 和 **doors** 门 **or** 或者
[baɪ] [ˈdɑːkənɪŋ] [ðə; ði] [rʊmz; ruːmz] [wen] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [ɪn] [juːz] .
by 经过 **darkening** 变暗 **the** 这 **rooms** 房间 **when** 什么时候 **they** 他们 **are** 是 **not** 不是 **in** 在 **use** 使用 **.** .

可以通过在门窗上安装纱窗或在不使用房间时保持房间黑暗来防止苍蝇进入房屋。

[ðə; ði] [fjuː] [wɪtʃ] [geɪn] ['entrəns] [meɪ] [biː; bi] [kɔːt] [ɪn][flai][træps] .

The	few	which	gain	entrance	may	be	caught	in	fly	traps	.
这	很少	哪个	获得	入口	可能	是	捕捉	在	飞	陷阱	.

少数侥幸进入的昆虫可能会被困在捕蝇器里。

[ɔːl] [fuːd] [ɪn][ðə; ði][stɔː(r)][ɔː(r)][ðə; ði] [həʊm] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] ['kʌvəd] .

All	food	in	the	store	or	the	home	should	be	kept	covered	.
全部	食物	在	这	店铺	或者	这	家	应该	是	保留	涵盖	.

商店或家中所有食物都应加盖保存。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [nɒt] [seɪf] [tuː; tə] [iːt] ['kændi] [ɒn] [wɪtʃ] [flaɪz] [hæv; həv] [waɪpt] [ðeə(r)] [fiːt] [ɔː(r)][tuː; tə] [drɪŋk] [ðə; ði]

It	is	not	safe	to	eat	candy	on	which	flies	have	wiped	their	feet	or	to	drink	the
它	是	不是	安全的	到	吃	糖果	在	哪个	苍蝇	有	擦拭	他们的	脚	或者	到	喝	这

[mɪlk] [ɪn] [wɪtʃ] [ðeɪ] [hæv; həv] [wɒʃt] [ðem; ðəm] .

milk	in	which	they	have	washed	them	.
牛奶	在	哪个	他们	有	洗过	他们	.

吃苍蝇擦过脚的糖果是不安全的，喝苍蝇洗过脚的牛奶也是不安全的。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ə; eɪ][hɑːf]['hændfʊl][ɒv; əv][mə'njʊə(r)] [wɪtʃ] [hæd; həd] [biːn] [θrəʊn] [aʊt][ɒv; əv]

80	—	Photograph	of	a	half	handful	of	manure	which	had	been	thrown	out	of
-	—	照片	的	一个	一半	少数	的	肥料	哪个	有	到过	抛掷	出去	的

[ə; eɪ] [hɔːs] ['steɪb(ə)l] .

a	horse	stable	.
一个	马	稳定的	.

80 —一张照片，照片上是半把从马厩里扔出来的粪便。

[nəʊt] [mɔː(r)][ðæn; ðən][wʌn] ['hʌndrəd] ['hausflai] [ɪn][ðə; ði] ['sliːpɪŋ] [steɪdʒ] .

Note	more	than	one	hundred	houseflies	in	the	sleeping	stage	.
笔记	更多的	比	一	百	家蝇	在	这	睡眠	阶段	.

注意：有超过一百只家蝇处于休眠状态。

[ðə; ði]['ʃʊərɪst] [wei] [tuː; tə][get][rɪd][ɒv; əv][flaɪz][ɪn]['eni] [kə'mjuːnəti] [ɪz][fɔː(r); fə(r)][ɔːl][ðə; ði]['piːp(ə)l][tuː; tə]

The	surest	way	to	get	rid	of	flies	in	any	community	is	for	all	the	people	to
这	最可靠的	方式	到	得到	摆脱	的	苍蝇	在	任何	社区	是	为了	全部	这	人们	到

[wɜːk] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] [kiːp] [ðə; ði][ɪn'taɪə(r)] ['neɪbəhʊd] [kliːn] .

work	together	and	keep	the	entire	neighborhood	clean	.
工作	一起	和	保持	这	全部的	邻里	干净的	.

在任何社区，彻底清除苍蝇最可靠的方法是所有居民齐心协力，保持整个社区的清洁。

[nəʊ] [ded] [grɑːs] , [wiːdz] , [ɔː(r)][rægz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [ə'laʊd] [tuː; tə][laɪ][ɪn][ðə; ði] [ˌbæk'jɑːd] [ɔː(r)] ['æliz]

No	dead	grass	,	weeds	,	or	rags	should	be	allowed	to	lie	in	the	backyards	or	alleys
不	死的	草	,	杂草	,	或者	破布	应该	是	允许	到	说谎	在	这	后院	或者	小巷

.

:
.

后院或巷道里不应该有枯草、杂草或破布。

[ðə; ði] ['kliːnɪŋ] [frɒm; frəm] ['steɪblz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [hɔːl]

The	cleanings	from	stables	should	be	hauled
这	清洁	从	马厩	应该	是	拖拽

马厩的清洁垃圾应该运走。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	134	]
[	页	-	]

[əˈweɪ] [ˈevri] [wiːk] [ɔː(r)] [stɔː(r)d] [ɪn] [ˈtaɪtli] [ˈkʌvəd] [ˈbɒksɪz] .

away	every	week	or	stored	in	tightly	covered	boxes	.
离开	每一个	星期	或者	存储	在	紧紧	涵盖	盒子	.

每周外出一次或存放在密封的盒子里。

[ˈgɑːbɪdʒ] [kænz][mʌst; məst][hæv; həv] [kləʊz] - [ˈfɪtɪŋ] [lɪdz] ,

Garbage	cans	must	have	close	-	fitting	lids	,
垃圾	罐头	必须	有	关闭	-	配件	盖子	,

垃圾桶必须有密封的盖子。

[səʊ] [ðæt] [ðeə(r)] [wɪl] [biː; bi][nəʊ] [pleɪs] [ɪn] [wɪtʃ] [ðə; ði] [jʌŋ] [meɪ] [hætʃ] [ænd; ənd] [grəʊ] .

so	that	there	will	be	no	place	in	which	the	young	may	hatch	and	grow	.
所以	那	那里	将要	是	不	地方	在	哪个	这	年轻的	可能	孵化	和	生长	.

这样一来，幼崽就没有地方可以孵化和成长了。

[ˈʌðə(r)] [ˈɪnsekts] [wɪtʃ] [ˈkæri] [dɪˈziːz] . — [ɪn] [ˈsɜːt(ə)n] [pɑːts] [ɒv; əv][ˈæfrɪkə] ,

Other	Insects	which	carry	Disease	.	—	In	certain	parts	of	Africa	,
其他	昆虫	哪个	携带	疾病	.	—	在	肯定	部分	的	非洲	,

其他携带疾病的昆虫——在非洲某些地区，

[ðə; ði] [ˈsliːpɪŋ] [ˈsɪknəs] [hæz; həz] [meɪd] [ˈruːɪnz][ɒv; əv] [ˈprɒspərəs] [ˈvɪlɪdʒ] .

the	sleeping	sickness	has	made	ruins	of	prosperous	villages	.
这	睡眠	疾病	有	制成	废墟	的	繁荣	村庄	.

昏睡病使繁荣的村庄变成了废墟。

[θˈaʊzəndz] [ɒv; əv][ðə; ði] [ˈneɪtɪvz] [ɑː(r); ə(r)] [ˈdaɪɪŋ] [ˈjɪəli] [frɒm; frəm] [ðɪs] [dɪˈziːz] .

Thousands	of	the	natives	are	dying	yearly	from	this	disease	.
数千	的	这	本地人	是	垂死	每年	从	这	疾病	.

每年有数千名当地居民死于这种疾病。

[ðə; ði][dʒɜːrmz][ɑː(r); ə(r)] [ˈkærid] [frɒm; frəm][wʌn][ˈpɜːs(ə)n][tuː; tə] [əˈnʌðə(r)] [baɪ][ðə; ði][baɪt][ɒv; əv][ə; eɪ][flai] .

The	germs	are	carried	from	one	person	to	another	by	the	bite	of	a	fly	.
这	细菌	是	携带	从	一	人	到	其他	经过	这	咬	的	一个	飞	.

病菌通过苍蝇叮咬在人与人之间传播。

[sʌm; səm] [fliːz] [ˈkæri] [ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv] [pleɪg] ,

Some	fleas	carry	the	germs	of	plague	,
一些	跳蚤	携带	这	细菌	的	瘟疫	,

有些跳蚤携带鼠疫病菌。

[wɪtʃ] [ə; eɪ] [fjuː] [ˈsentʃəriz] [əˈgəʊ] [swept] [əˈkrɒs] [ˈeɪʒə; ˈeɪʃə][ænd; ənd] [ˈjʊərəp] [di'strɔi] [ˈhʌndrədz]

which	a	few	centuries	ago	swept	across	Asia	and	Europe	destroying	hundreds
哪个	一个	很少	几个世纪	前	扫荡	穿过	亚洲	和	欧洲	摧毁	数百

[ɒv; əv][laɪvz; lɪvz] [ˈdeɪli] .

of	lives	daily	.
的	生活	日常的	.

几个世纪前，这种病毒席卷亚洲和欧洲，每天夺走数百人的生命。

[ðə; ði] [pleɪg] [ɪz] [naʊ] [ˈkɒmən] [ɪn] [ˈɪndiə] [ænd; ənd][wɒz; wəz][ˈprez(ə)nt][ɪn] [ˌkælə'fɔːniə] [ɪn] - [ænd; ənd]

The	plague	is	now	common	in	India	and	was	present	in	California	in	1908	and
这	瘟疫	是	现在	常见的	在	印度	和	曾是	展示	在	加利福尼亚州	在	-	和

-	.

1910	.
-	.

鼠疫现在在印度很常见，1908 年和 1910 年加利福尼亚州也曾出现过鼠疫。

[ðə; ði] [ˈbedbʌg] [spredz] [ˈsevrəl] [kaɪndz][ɒv; əv] [ˈfiːvə] [ɪn] [wɔːm] [ˈkʌntriz] [ænd; ənd] [meɪ] [ˈɔːlsəʊ][biː; bi]

The	bedbug	spreads	several	kinds	of	fevers	in	warm	countries	and	may	also	be
这	臭虫	传播	一些	种类	的	发烧	在	温暖的	国家	和	可能	还	是

[ə; eɪ][ˈkæriə(r)][ɒv; əv] [ˈleprəsi] [ænd; ənd] [ˈtaɪfɔɪd] [ˈfiːvə(r)] .

a	carrier	of	leprosy	and	typhoid	fever	.
一个	载体	的	麻风	和	伤寒	发烧	.

臭虫在温暖的国家传播多种类型的发烧，也可能是麻风病和伤寒的传播媒介。

[ðiːz] [fækts] [ʃəʊ] [ðæt] ['ɪnsekts] [ɑː(r); ə(r)] ['deɪndʒərəs] [ænd; ənd] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kept] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði]
These facts show that insects are dangerous and should be kept out of the
这些 事实 展示 那 昆虫 是 危险的 和 应该 是 保留 出去 的 这
[həʊm] .
home .
家 .

这些事实表明，昆虫是危险的，应该被清除出家门。

['eni] [wʌn] ['trʌbld] [wɪð] [ðiːz] ['lɪt(ə)l] [pests] [ɪn] [ðə; ði] [haʊs] [meɪ] [lɜːn] [haʊ] [tuː; tə] [get] [rɪd] [ɒv; əv]
Any one troubled with these little pests in the house may learn how to get rid of
任何 一 麻烦 和 这些 小的 害虫 在 这 房子 可能 学习 如何 到 得到 摆脱 的
[ðem; ðəm] [baɪ] ['raɪtɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] [dɪ'pɑːtmənt] [ɒv; əv] ['ægrɪkʌltʃə(r)] ,
them by writing to the Department of Agriculture ,
他们 经过 写作 到 这 部门 的 农业 ,

任何受这些小害虫困扰的人都可以写信给农业部，了解如何消灭它们。

['wɒʃɪŋtən] , [diː] . [siː] .
Washington , D . C .
华盛顿 , D . C .

华盛顿特区

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 135]
[页 -]

[第135页]

['tʃæptə(r)] [ˌɛksˌviː'aɪ'aɪ'aɪ]
CHAPTER XVIII
章 十八

第十八章

[haʊ] [ðə; ði] ['bɒdi] [muːvz]
HOW THE BODY MOVES
如何 这 身体 移动

身体如何运动

[ðə; ði] [niːd] [ɒv; əv] [ə; eɪ] ['freɪmwɜːk] . — [ðə; ði] ['bɒdi] [niːdz] [ə; eɪ] [stɪf] ['freɪmwɜːk] [meɪd] [ɒv; əv] [bəʊnz]
The Need of a Framework . — The body needs a stiff framework made of bones
这 需要 的 一个 框架 . — 这 身体 需求 一个 僵硬的 框架 制成 的 骨头
[fɔː(r); fə(r)] [θriː] [p'ɜːpəsɪz] .
for three purposes .
为了 三 目的 .

框架的必要性——人体需要一个由骨骼构成的坚固框架，其目的有三。

[wʌn] ['pɜːpəs] [ɪz] [tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː] [ʃeɪp] , [ə; eɪ] ['sekənd] ['pɜːpəs] [ɪz] [tuː; tə] [help] [ðə; ði] ['bɒdi] [muːv] ,
One purpose is to give it shape , a second purpose is to help the body move ,
一 目的 是 到 给 它 形状 , 一个 第二 目的 是 到 帮助 这 身体 移动 ,

其一目的是赋予身体形状，其二是帮助身体运动。

[ænd; ənd] [ə; eɪ] [θɜːd] [wʌn] [ɪz] [tuː; tə] [prə'tekt] [frɒm; frəm] ['ɪndʒəri] [sʌm; səm] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['delɪkət] ['ɔːrgənz] ,
and a third one is to protect from injury some of the delicate organs ,
和 一个 第三 一 是 到 保护 从 受伤 一些 的 这 精美的 器官 ,

第三个目的是保护一些脆弱的器官免受损伤。

[sʌtʃ] [æz; əz] [ðə; ði] [hɑːt] [ænd; ənd] [breɪn] .
such as the heart and brain .
这样的 作为 这 心 和 脑 .

例如心脏和大脑。

[ðə; ði] [bəʊnz] [ɑː(r); ə(r)]['nəʊweə(r)] ['seprət] [bʌt; bət][ɑː(r); ə(r)][dʒɔɪnd] [tə'geðə(r)] [wɪð] [tʌf] [bændz]

The	bones	are	nowhere	separate	but	are	joined	together	with	tough	bands
这	骨头	是	无处	分离	但	是	加入	一起	和	艰难的	乐队

[nemd] ['lɪgəmənts] .

named	ligaments	.
命名	韧带	.

这些骨骼并非彼此分离，而是通过称为韧带的坚韧带连接在一起。

[ɔːl] [ðə; ði] [bəʊnz] [tə'geðə(r)] [fɔːm] [ðə; ði] ['skelɪt(ə)n] .

All	the	bones	together	form	the	skeleton	.
全部	这	骨头	一起	形式	这	骨骼	.

所有骨骼共同构成骨架。

[ɔːl] ['ænɪmlz] [frɒm; frəm] [fɪʃ] [tuː; tə][mæn][hæv; həv][ə; eɪ] ['skelɪt(ə)n] .

All	animals	from	fish	to	man	have	a	skeleton	.
全部	动物	从	鱼	到	男人	有	一个	骨骼	.

从鱼类到人类，所有动物都有骨骼。

['meni] [ɒv; əv][ðə; ði]['ləʊə(r)] ['kriːtʃəz] , [sʌtʃ] [æz; əz] [wərmz] [ænd; ənd] [flaɪz] , [hæv; həv][nəʊ]['bəʊni]

Many	of	the	lower	creatures	,	such	as	worms	and	flies	,	have	no	bony
许多	的	这	降低	生物	,	这样的	作为	蠕虫	和	苍蝇	,	有	不	骨质

['skelɪt(ə)n] .

skeleton	.
骨骼	.

许多低等生物，如蠕虫和苍蝇，没有骨骼。

[məʊst][ɒv; əv] [ðiːz] [muːv] ['slʌgɪʃli] [ɔː(r)][hæv; həv][ə; eɪ] ['hɑːd(ə)nd] ['aʊtə(r)] ['kʌvərɪŋ] , [laɪk] ['biːt(ə)lz]

Most	of	these	move	sluggishly	or	have	a	hardened	outer	covering	,	like	beetles
最多	的	这些	移动	迟缓地	或者	有	一个	硬化	外	覆盖	,	喜欢	甲虫

[ænd; ənd] [wɒsps] .

and	wasps	.
和	黄蜂	.

它们大多行动迟缓或有坚硬的外壳，例如甲虫和黄蜂。

[ðə; ði] ['skelɪt(ə)n] [ɒv; əv] ['ænɪmlz] [sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði][kæt] , ['ræbɪt] , [ɔː(r)] [kaʊ] ,

The	skeleton	of	animals	such	as	the	cat	,	rabbit	,	or	cow	,
这	骨骼	的	动物	这样的	作为	这	猫	,	兔子	,	或者	奶牛	,

猫、兔子或牛等动物的骨骼

[hæz; həz] [ə'baʊt] [ðə; ði] [seɪm] ['nʌmbə(r)][ɒv; əv] [bəʊnz] [æz; əz][mæn] , [ænd; ənd] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ə'reɪndʒd] [ɪn]

has	about	the	same	number	of	bones	as	man	,	and	they	are	arranged	in
有	关于	这	相同的	数字	的	骨头	作为	男人	,	和	他们	是	安排	在

[ðə; ði] [seɪm] [weɪ] .

the	same	way	.
这	相同的	方式	.

它的骨骼数量与人类大致相同，排列方式也相同。

[ɒv; əv] [wɒt] [ə; eɪ] [bəʊn] [ɪz] [meɪd] . — [ɔːl'ðəʊ] [ðə; ði] [bəʊnz] [ɑː(r); ə(r)][səʊ][hɑːd] , [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt]

Of	what	a	Bone	is	Made	.	—	Although	the	bones	are	so	hard	,	they	are	not
的	什么	一个	骨	是	制成	.	—	虽然	这	骨头	是	所以	难的	,	他们	是	不是

[ded] .

dead	.
死的	.

骨骼的构成——虽然骨骼非常坚硬，但它们并非死的。

[ðeɪ] [kən'teɪn] [blʌd] ,

They	contain	blood	,
他们	包含	血	,

它们含有血液，

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 136]
[页 -]

[第136页]

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 137]
[页 -]

[第137页]

[hæv; həv] ['fiːlɪŋ] , [ænd; ənd][ɑː(r); ə(r)][dʒʌst][æz; əz] [mʌtʃ] [əˈlaɪv][æz; əz][ðə; ði] [sˈɒftɐ] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði]
have feeling , and are just as much alive as the softer parts of the
有 感觉 , 和 是 只是 作为 很多 活 作为 这 更柔和 部分 的 这
['bɒdi] .
body .
身体 .

它们有感觉，和身体其他柔软的部位一样有生命。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][ðə; ði][laɪm] [ðæt] [meɪks] [ðem; ðəm] [stɪf] .
It is the lime that makes them stiff .
它 是 这 酸橙 那 制作 他们 僵硬的 .

是酸橙使它们变硬。

[ðɪs] [kæn; kən][biː; bi]['iːt(ə)n] [aʊt] [baɪ] ['pʊtɪŋ] [ðə; ði] [bəʊn] [ɪn] [strɒŋ] ['vɪnɪgə(r)][ɔː(r)]['ʌðə(r)]['æsɪd][fɔː(r); fə(r)]
This can be eaten out by putting the bone in strong vinegar or other acid for
这 能 是 吃 出去 经过 推杆 这 骨 在 强的 醋 或者 其他 酸 为了
[ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] .
a few days .
一个 很少 天 .

将骨头放在浓醋或其他酸性物质中浸泡几天，就能把酸味吃掉。

[ə; eɪ] [lɒŋ] [bəʊn] [wɪl] [ðen] [bɪˈkʌm] [səʊ]['lɪmbə(r)] [ðæt] [ˌaɪ ˈtiː][kæn; kən][biː; bi][taɪd]['ɪntuː][ə; eɪ] [nɒt] .
A long bone will then become so limber that it can be tied into a knot .
一个 长的 骨 将要 然后 变得 所以 柔韧 那 它 能 是 系 进入 一个 结 .

长骨会变得非常柔软，可以打成结。

[ðə; ði] ['lɪvɪŋ] [pɑːt][ɒv; əv][ə; eɪ][bəʊn][kæn; kən][biː; bi] [bɜːnd] [aʊt][baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ˌaɪ ˈtiː][ɒn][hɒt] [kəʊl]
The living part of a bone can be burned out by placing it on hot coals
这 活的 部分 的 一个 骨 能 是 烧伤 出去 经过 放置 它 在 热的 煤炭
[fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][hɑːf]['aʊə(r)] .
for a half hour .
为了 一个 一半 小时 .

将骨头放在热炭上烧半小时，就能烧掉骨头的活组织部分。

[æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv] [ðɪs] [taɪm][ðə; ði][bəʊn] [wɪl] [lʊk] [dʒʌst][æz; əz] [bɪˈfɔː(r)] ,
At the end of this time the bone will look just as before ,
在 这 结尾 的 这 时间 这 骨 将要 看 只是 作为 前 ,

这段时间结束后，骨头看起来会和以前一样。

[bʌt; bət] [wen] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [tʌtʃt] , [wɪl] ['krʌmb(ə)l][tuː; tə] ['piːsɪz] .
but when it is touched , will crumble to pieces .
但 什么时候 它 是 感动 , 将要 崩溃 到 件 .

但一碰就会碎成渣。

[fɔːmz] [ɒv; əv] [bəʊnz] . — [ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði][legz][ænd; ənd] [ɑːmz] [ɑː(r); ə(r)] ['hɒləʊ] .
Forms of Bones . — The bones of the legs and arms are hollow .
表格 的 骨头 . — 这 骨头 的 这 腿 和 武器 是 空洞的 .

骨骼的形状——腿骨和胳膊骨是空心的。

[ðɪs] [fɔːm] [gɪvz] [ðə; ði] ['greɪtɪst] [streŋθ] [wɪð] [ðə; ði] [liːst] [weɪt] .
This form gives the greatest strength with the least weight .
这 形式 给予 这 最 力量 和 这 至少 重量 .

这种形式能够以最小的重量实现最大的强度。

[juː; jʊ][kæn; kən] [pruːv] [ðɪs] [baɪ] ['juːzɪŋ] [tuː] [ʃiːts] [ɒv; əv]['peɪpə(r)] .

You	can	prove	this	by	using	two	sheets	of	paper	.
你	能	证明	这	经过	使用	二	纸张	的	纸	.

你可以用两张纸来证明这一点。

[rəʊl] [wʌn] [ʃiːt] [ænd; ənd][fəʊld][ðə; ði]['ʌðə(r)] [wʌn] .

Roll	one	sheet	and	fold	the	other	one	.
卷	一	床单	和	折叠	这	其他	一	.

将一张纸卷起来，另一张纸折叠起来。

[hæŋ] [weɪts] [ɒn] [bəuθ] [endz] [ɒv; əv] [iːtʃ] [ænd; ənd] [juːz] [ðə; ði]['fɪŋgə(r)][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [sə'pɔːt] [ɪn]

Hang	weights	on	both	ends	of	each	and	use	the	finger	for	a	support	in
悬挂	重量	在	两个都	结束	的	每个	和	使用	这	手指	为了	一个	支持	在

[ðə; ði] ['mɪd(ə)l] .

the	middle	.
这	中间	.

在每根绳子的两端挂上重物，用手指支撑中间部分。

[ðə; ði]['kævəti][ɒv; əv] [ðiːz] [bəʊnz] [ɪz] [fɪld] [wɪð] [ə; eɪ] [sɒft] [waɪt] ['sʌbstəns] [kɔːld] ['mærəʊ] .

The	cavity	of	these	bones	is	filled	with	a	soft	white	substance	called	marrow	.
这	空腔	的	这些	骨头	是	已填	和	一个	柔软的	白色的	物质	称为	骨髓	.

这些骨骼的空腔内充满了一种叫做骨髓的柔软白色物质。

[ðɪs] [ɪz] ['lɑːdʒli] [fæt] .

This	is	largely	fat	.
这	是	很大程度上	胖的	.

这主要是脂肪。

[iːtʃ] [bəʊn] [ɪz] [sə'raʊndɪd] [baɪ][ə; eɪ] [tʌf] ['membreɪn] [tuː; tə] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ɑː(r); ə(r)]

Each	bone	is	surrounded	by	a	tough	membrane	to	which	the	muscles	are
每个	骨	是	包围	经过	一个	艰难的	膜	到	哪个	这	肌肉	是

[ə'tætʃt] .

attached	.
随附的	.

每块骨头都被一层坚韧的膜包裹着，肌肉就附着在这层膜上。

[ə'reɪndʒmənt] [ɒv; əv][ðə; ði] [bəʊnz] . — [ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði] [hed] [fɔːm] [ðə; ði] [skʌl] .

Arrangement	of	the	Bones	.	—	The	bones	of	the	head	form	the	skull	.
安排	的	这	骨头	.	—	这	骨头	的	这	头	形式	这	颅骨	.

骨骼排列——头部骨骼构成头骨。

[ðə; ði]['ʌðə(r)] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [nɒt] [bɪ'lɒŋɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [lɪmz] [meɪk] [ʌp] [ðə; ði] [trʌŋk] .

The	other	bones	of	the	body	not	belonging	to	the	limbs	make	up	the	trunk	.
这	其他	骨头	的	这	身体	不是	属于	到	这	四肢	制作	向上	这	树干	.

除四肢以外的身体其他骨骼构成了躯干。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)]['əʊvə(r)] [tuː] ['hʌndrəd] [bəʊnz] [ɪn][ðə; ði][ɪn'taɪə(r)] ['bɒdi] .

There	are	over	two	hundred	bones	in	the	entire	body	.
那里	是	超过	二	百	骨头	在	这	全部的	身体	.

人体共有两百多块骨头。

[eɪt] [ɒv; əv] [ðiːz] [fɔːm] [ə; eɪ] [keɪs] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [breɪn] .

Eight	of	these	form	a	case	for	the	brain	.
八	的	这些	形式	一个	案件	为了	这	脑	.

其中八项构成了大脑的保护案例。

[ˌfɔː'tiːn] [gɪv] [ʃeɪp] [tuː; tə][ðə; ði] [feɪs] .

Fourteen	give	shape	to	the	face	.
十四	给	形状	到	这	脸	.

十四个牙齿勾勒出脸部轮廓。

[ə; eɪ] [tʃeɪn] [ɒv; əv] ['twenti] - [sɪks] [bəʊnz] [nemd] [fɔːmz] [ðə; ði] ['bækbəʊn] .

A	chain	of	twenty	-	six	bones	named	vertebræ	forms	the	backbone	.
一个	链	的	二十	-	六	骨头	命名	脊椎	表格	这	骨干	.

脊柱由二十六块椎骨组成。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['skelɪt(ə)n] .

81	—	Photograph	of	the	bones	of	the	skeleton	.
-	—	照片	的	这	骨头	的	这	骨骼	.

81 —骨骼照片。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	138	]
[	页	-	]

[第138页]

[twelv] [peəz] [ɒv; əv] [rɪbz] [ɪn'sɜːkl] [ðə; ði] [tʃest] .

Twelve	pairs	of	ribs	encircle	the	chest	.
十二	对	的	肋骨	包围	这	胸部	.

胸部有十二对肋骨。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['fɑːsənd] [bɪ'haɪnd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bækbəʊn] .

They	are	fastened	behind	to	the	backbone	.
他们	是	系紧	在后面	到	这	骨干	.

它们固定在脊柱后方。

[ðə; ði] [frʌnt] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [rɪbz] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] [ɒv; əv] ['piːsɪz] [ɒv; əv] ['grɪsl] .

The	front	parts	of	the	ribs	are	made	of	pieces	of	gristle	.
这	正面	部分	的	这	肋骨	是	制成	的	件	的	脆骨	.

肋骨的前部是由软骨碎片组成的。

[ðə; ði] ['sev(ə)n] ['ʌpə(r)] [peəz] [ɑː(r); ə(r)] [dʒɔɪnd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['brestbəʊn] .

The	seven	upper	pairs	are	joined	to	the	breastbone	.
这	七	上	对	是	加入	到	这	胸骨	.

上方七对椎骨与胸骨相连。

[ðə; ði] [faɪv] ['ləʊə(r)] [peəz] [ɑː(r); ə(r)] [nemd] [fɔːls] [rɪbz] .

The	five	lower	pairs	are	named	false	ribs	.
这	五	降低	对	是	命名	错误的	肋骨	.

下方的五对肋骨被称为假肋骨。

[ðə; ði] ['kɒlə(r)] [bəʊn] [ɪz] [ɪn] [frʌnt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['ʃəʊldə(r)] [ænd; ənd] [bɪ'haɪnd] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ði] [flæt] ['ʃəʊldə(r)]

The	collar	bone	is	in	front	of	the	shoulder	and	behind	it	is	the	flat	shoulder
这	衣领	骨	是	在	正面	的	这	肩膀	和	在后面	它	是	这	平坦的	肩膀

[bleɪd] .

blade	.
刀刃	.

锁骨位于肩膀前方，其后方是扁平的肩胛骨。

[ðeə(r)] [ɪz] [wʌn] [bəʊn] [ɪn] [ðə; ði] ['ʌpə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv] [iːtʃ] [ɑːm] [ænd; ənd] [leg] [ænd; ənd] [tuː] [bəʊnz] [ɪn]

There	is	one	bone	in	the	upper	part	of	each	arm	and	leg	and	two	bones	in
那里	是	一	骨	在	这	上	部分	的	每个	手臂	和	腿	和	二	骨头	在

[ðə; ði] ['ləʊə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv] [iːtʃ] [lɪm] .

the	lower	part	of	each	limb	.
这	降低	部分	的	每个	肢	.

每条手臂和腿的上部都有一根骨头，每条肢体的下部都有两根骨头。

['twenti] - [eɪt] [smɔːl] [bəʊnz] [ɑː(r); ə(r)] [faʊnd] [ɪn][ðə; ði][hænd] , [waɪl] ['twenti] - ['sev(ə)n][ɑː(r); ə(r)]

Twenty	-	eight	small	bones	are	found	in	the	hand	,	while	twenty	-	seven	are
二十	-	八	小的	骨头	是	成立	在	这	手	,	尽管	二十	-	七	是

['prez(ə)nt][ɪn][ðə; ði] [fʊt] .

present	in	the	foot	.
展示	在	这	脚	.

手部有 28 块小骨头，而脚部有 27 块小骨头。

[haʊ] [ðə; ði] [bəʊnz] [meɪ] [biː; bi] ['ɪndʒəd] . — [ɪn][ðə; ði] [jʌŋ] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði][ɪn'taɪə(r)] [bəʊnz]

How	the	Bones	may	be	Injured	.	—	In	the	young	some	of	the	entire	bones
如何	这	骨头	可能	是	受伤	.	—	在	这	年轻的	一些	的	这	全部的	骨头

[ænd; ənd] [pɑːts] [ɒv; əv] ['meni] ['ʌðə(r)z] [ɑː(r); ə(r)] [sɒft] [laɪk] ['grɪsl] .

and	parts	of	many	others	are	soft	like	gristle	.
和	部分	的	许多	其他的	是	柔软的	喜欢	脆骨	.

骨骼可能受伤的方式——在年轻人中，一些整根骨头和许多其他骨头的部分都像软骨一样柔软。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] , [ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði] [jʌŋ] ['seldəm] [get] ['brəʊkən] ,

For	this	reason	,	the	bones	of	the	young	seldom	get	broken	,
为了	这	原因	,	这	骨头	的	这	年轻的	很少	得到	破碎的	,

因此，年轻人的骨头很少骨折。

[bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['iːzəli] [bent] [ænd; ənd] [prest] [aʊt] [ɒv; əv][ðeə(r)]['nætʃ(ə)rəl] [ʃeɪp] .

but	they	are	easily	bent	and	pressed	out	of	their	natural	shape	.
但	他们	是	容易地	弯曲	和	按下	出去	的	他们的	自然的	形状	.

但它们很容易被弯曲和挤压，失去原有的形状。

[ɒn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [həʊld][ðə; ði] ['bɒdi] [ɪ'rekt] [ɪn] ['sɪtɪŋ] [ænd; ənd] ['wɔːkɪŋ] .

On	this	account	you	should	hold	the	body	erect	in	sitting	and	walking	.
在	这	帐户	你	应该	抓住	这	身体	直立	在	坐着	和	步行	.

因此，无论坐着还是走路，都应该保持身体挺直。

['bendɪŋ] ['əʊvə(r)][ðə; ði]['teɪb(ə)l][ɔː(r)] [desk] [deɪ] ['ɑːftə(r)] [deɪ] [ɪz] [nɒt]['əʊnli] ['laɪkli] [tuː; tə] [kɔːz] [raʊnd]

Bending	over	the	table	or	desk	day	after	day	is	not	only	likely	to	cause	round
弯曲	超过	这	桌子	或者	桌子	天	后	天	是	不是	仅有的	可能	到	原因	圆形的

['ʃəʊldəz] ,

shoulders	,
肩膀	,

日复一日地弯腰伏案不仅容易导致圆肩，

[bʌt; bət][ɪz][ʃʊə(r)][tuː; tə] [skwiːz] [ʌp][ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd]['ʌðə(r)]['ɔːrgənz][səʊ] [ðeɪ] ['kænɒt] [duː; də]

but	is	sure	to	squeeze	up	the	lungs	and	other	organs	so	they	cannot	do
但	是	当然	到	挤	向上	这	肺	和	其他	器官	所以	他们	不能	做

[ðeə(r)] [best] [wɜːk] .

their	best	work	.
他们的	最好的	工作	.

但肯定会挤压肺部和其他器官，使它们无法发挥最佳功能。

['sɪtɪŋ] [æt; ət][ə; eɪ]['teɪb(ə)l][ɔː(r)] [desk] ,

Sitting	at	a	table	or	desk	,
坐着	在	一个	桌子	或者	桌子	,

坐在桌子或书桌前，

[səʊ] [ðæt] [wʌn] ['ʃəʊldə(r)] [ɪz] ['haɪə(r)] [ðæn; ðən][ðə; ði]['ʌðə(r)][ɔː(r)] ['kæriɪŋ] [bʊks] [æt; ət][ðə; ði][saɪd] ,

so	that	one	shoulder	is	higher	than	the	other	or	carrying	books	at	the	side	,
所以	那	一	肩膀	是	更高	比	这	其他	或者	携带	图书	在	这	边	,

导致一侧肩膀高于另一侧，或者将书本放在身体两侧。

[səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [rest] [ɒn][ðə; ði] [hɪp] [meɪ] [kɔːz] [ə; eɪ] [kɜːv] ['saɪd,waɪz] [ɪn][ðə; ði] ['bækbəʊn] .

so	that	they	rest	on	the	hip	may	cause	a	curve	sidewise	in	the	backbone	.
所以	那	他们	休息	在	这	时髦的	可能	原因	一个	曲线	横向	在	这	骨干	.

因此，它们靠在髋部可能会导致脊柱向侧面弯曲。

[taɪt] ['kləʊðɪŋ] [ə'baʊt] [ðə; ði] [weɪst] ['presɪz] [ðə; ði] [rɪbz] [aʊt] [ɒv; əv] [ʃeɪp] [ænd; ənd] [hə:ts] [ðə; ði] ['ʌðə(r)]
Tight clothing about the waist presses the ribs out of shape and hurts the other
紧的 衣服 关于 这 腰部 出版社 这 肋骨 出去 的 形状 和 疼痛 这 其他
['ɔ:rgənz] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] ['bɒdi] .
organs within the body .
器官 之内 这 身体 .

腰部过紧的衣服会压迫肋骨使其变形，并伤害体内其他器官。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — [haʊ] [ðə; ði] [bəʊnz] [ɑ:(r); ə(r)] [held] [tə'geðə(r)] .
82 — How the bones are held together .
- — 如何 这 骨头 是 握住 一起 .

82 —骨骼是如何连接在一起的。

[ə; eɪ] [pi:s] [hæz; həz] [bi:n] [kʌt] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [tʌf] ['lɪgəmənt] [tu:; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði] [kʌp] [ɒv; əv] [ðə; ði]
A piece has been cut out of the tough ligament to show the cup of the
一个 片 有 到过 切 出去 的 这 艰难的 韧带 到 展示 这 杯子 的 这
[hɪp] [bəʊn] ['ɪntu:] [wɪtʃ] [ðə; ði] [hed] [ɒv; əv] [ðə; ði] [θaɪ] [bəʊn] [fɪts] .
hip bone into which the head of the thigh bone fits .
时髦的 骨 进入 哪个 这 头 的 这 大腿 骨 适合 .

从坚韧的韧带上切下一块，露出髋骨的凹陷处，大腿骨头就嵌在其中。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[Pg 139]
[页 -]

[第139页]

['keərɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)] ['brəʊkən] [bəʊnz] . — [wen] [ə; eɪ] [bəʊn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ɑ:m] [ɔ:(r)] [leg] [ɪz] ['brəʊkən] ,
Caring for Broken Bones . — When a bone of the arm or leg is broken ,
关怀 为了 破碎的 骨头 . — 什么时候 一个 骨 的 这 手臂 或者 腿 是 破碎的 ,

骨折护理——当手臂或腿部的骨头骨折时，

[ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [tend] [tu:; tə] [meɪk] [ðə; ði] [endz] [ʃʌv] ['əʊvə(r)] [i:tʃ] ['ʌðə(r)] .
the muscles tend to make the ends shove over each other .
这 肌肉 趋向 到 制作 这 结束 推 超过 每个 其他 .

肌肉会使末端相互挤压。

[ðə; ði] ['brəʊkən] [endz] [ɑ:(r); ə(r)] ['sʌmtaɪmz] [ʃɑ:p] , [ænd; ənd] [ɪf] [ðə; ði] [lɪm] [ɪz] [bent] ,
The broken ends are sometimes sharp , and if the limb is bent ,
这 破碎的 结束 是 有时 锋利的 , 和 如果 这 肢 是 弯曲 ,

断肢的末端有时很锋利，如果肢体弯曲，

[ði:z] [meɪ] [teə(r); tɪə] [θru:] [ðə; ði] [fleʃ] .
these may tear through the flesh .
这些 可能 撕 通过 这 肉 .

这些可能会撕裂血肉。

[ðɪs] [meɪ] [bi:; bi] [prɪ'ventɪd] [baɪ] ['baɪndɪŋ] [ə; eɪ] [bɔ:d] ['fɜ:mli] [ɒn] ['ɒpəzɪt] [saɪdz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lɪm]
This may be prevented by binding a board firmly on opposite sides of the limb
这 可能 是 阻止 经过 结合 一个 木板 牢牢 在 对面的 侧面 的 这 肢
[ə'krɒs] [ðə; ði] ['brəʊkən] [pɑ:t] .
across the broken part .
穿过 这 破碎的 部分 .

可以通过在断肢两侧牢牢地绑上一块木板来防止这种情况发生。

[ðɪs] [wɪl] [həʊld][ðə; ði] [bəʊnz] [ɪn] [pleɪs] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['sɜːdʒən] ['kɒmz] [ænd; ənd] [wɪl] ['ɔːlsəʊ] [ə'leɪʊ] [ðə; ði]

This **will** **hold** **the** **bones** **in** **place** **until** **the** **surgeon** **comes** **and** **will** **also** **allow** **the**

这 将要 抓住 这 骨头 在 地方 直到 这 外科医生 来 和 将要 还 允许 这

['peɪʃ(ə)nt][tuː; tə][biː; bi] [muːvd] .

patient **to** **be** **moved** **.**

病人 到 是 已搬 .

这样可以固定住骨头，直到外科医生到来，也可以方便移动病人。

[ðə; ði] ['sɜːdʒən] [wɪl] [set][ðə; ði]['brəʊkən] [bəʊnz] [baɪ] ['brɪŋɪŋ] [ðə; ði] [endz] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] ['həʊldɪŋ]

The **surgeon** **will** **set** **the** **broken** **bones** **by** **bringing** **the** **ends** **together** **and** **holding**

这 外科医生 将要 放 这 破碎的 骨头 经过 带来 这 结束 一起 和 保持

[ðem; ðəm][ɪn] [pleɪs] [baɪ] [ʃiːts] [ɒv; əv] [wʊd] [ɔː(r)]['met(ə)l] ['fɜːmli] [held] [baɪ][ə; eɪ] ['bændɪdʒ] .

them **in** **place** **by** **sheets** **of** **wood** **or** **metal** **firmly** **held** **by** **a** **bandage** **.**

他们 在 地方 经过 纸张 的 木头 或者 金属 牢牢 握住 经过 一个 绷带 .

外科医生会将断骨复位，方法是将断骨的两端对齐，并用木板或金属片固定，再用绷带牢牢包扎。

[ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [ðə; ði] ['membreɪn] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [bəʊn] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] [grəʊ] [njuː] [bəʊn] [tuː; tə][dʒɔɪn]

In **a** **few** **days** **the** **membrane** **around** **the** **bone** **begins** **to** **grow** **new** **bone** **to** **join**

在 一个 很少 天 这 膜 大约 这 骨 开始 到 生长 新的 骨 到 加入

[ðə; ði]['brəʊkən] [pɑːts] .

the **broken** **parts** **.**

这 破碎的 部分 .

几天后，骨头周围的膜开始长出新骨，将断裂的部分连接起来。

[haʊ] [ðə; ði] [bəʊnz] [ɑː(r); ə(r)] [dʒɔɪnd] [tə'geðə(r)] . — [ðə; ði] [tuː] ['dʒen(ə)rəl] ['klɑːsɪz] [ɒv; əv][dʒɔɪnts][ɑː(r); ə(r)]

How **the** **Bones** **are** **joined** **together** **.** **—** **The** **two** **general** **classes** **of** **joints** **are**

如何 这 骨头 是 加入 一起 . — 这 二 一般的 课程 的 关节 是

[ðə; ði] ['muːvəbl] [ænd; ənd] [ɪ'muːvəbl] .

the **movable** **and** **immovable** **.**

这 活动 和 不可移动的 .

骨骼是如何连接的——关节一般分为可动关节和不可动关节两大类。

[ɪk'sept] [ðə; ði]['ləʊə(r)][dʒɔː] ,

Except **the** **lower** **jaw** **,**

除了 这 降低 颚 ,

除了下颌骨之外，

[ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði] [skʌl] [ɑː(r); ə(r)][səʊ] ['taɪtli] [dʒɔɪnd] [tə'geðə(r)] [ðæt] [ðeə(r)][ɪz][nəʊ] ['məʊʃn]

the **bones** **of** **the** **skull** **are** **so** **tightly** **joined** **together** **that** **there** **is** **no** **motion**

这 骨头 的 这 颅骨 是 所以 紧紧 加入 一起 那 那里 是 不 运动

[bɪ'twiːn]

between

之间

头骨的骨骼连接得非常紧密，以至于它们之间没有任何运动。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[**Pg** **140** **]**

[页 -]

[第140页]

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[**Pg** **141** **]**

[页 -]

[第141页]

[ðem; ðəm] .

them **.**

他们 .

他们。

[ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [rɪst] [ænd; ənd] [bæk] [hæv; həv] [bʌt; bət] ['lɪt(ə)l] ['muːvmənt] .

The	bones	of	the	wrist	and	back	have	but	little	movement	.
这	骨头	的	这	手腕	和	后退	有	但	小的	移动	.

手腕和背部的骨骼活动范围很小。

[ðə; ði] ['friːɪst] ['məʊʃn] [ɪz] [æt; ət] [ðə; ði] ['ʃəʊldə(r)] [dʒɔɪnt] ,

The	freest	motion	is	at	the	shoulder	joint	,
这	自由	运动	是	在	这	肩膀	联合的	,

肩关节活动范围最大。

[weə(r)] [ðə; ði] [raʊnd] [hed] [ɒv; əv] [wʌn] [bəʊn] [fɪts] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['ʃæləʊ] [kʌp] [ɒv; əv] [ə'nʌðə(r)] .

where	the	round	head	of	one	bone	fits	into	the	shallow	cup	of	another	.
在哪里	这	圆形的	头	的	一	骨	适合	进入	这	浅的	杯子	的	其他	.

其中一根骨头的圆形头部嵌入另一根骨头的浅杯状部分。

[ðɪs] [ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ] [bɔːl] [ænd; ənd] ['sɒkɪt] [dʒɔɪnt] .

This	is	called	a	ball	and	socket	joint	.
这	是	称为	一个	球	和	插座	联合的	.

这叫做球窝关节。

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [dʒɔɪnt] [ɪz] [faʊnd] ['ɔːlsəʊ] [æt; ət] [ðə; ði] [hɪp] .

Such	a	joint	is	found	also	at	the	hip	.
这样的	一个	联合的	是	成立	还	在	这	时髦的	.

髋关节也有类似的关节。

[æt; ət] [ðə; ði] ['elbəʊ] [ænd; ənd] [niː] [ðə; ði] [bəʊnz] [muːv] [bæk] [ænd; ənd] [fɔːθ] [laɪk] [ə; eɪ] [hɪndʒ] [ænd; ənd]

At	the	elbow	and	knee	the	bones	move	back	and	forth	like	a	hinge	and
在	这	弯头	和	膝盖	这	骨头	移动	后退	和	前进	喜欢	一个	合页	和

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [nemd] [hɪndʒ] [dʒɔɪnts] .

these	are	named	hinge	joints	.
这些	是	命名	合页	关节	.

肘关节和膝关节的骨骼像铰链一样来回活动，这些关节被称为铰链关节。

['wɜːkɪŋ] [pɑːts] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [dʒɔɪnt] . — [ðə; ði] [endz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [bəʊnz] [ɑː(r); ə(r)] ['kʌvəd] [wɪð] [ə; eɪ] [θɪn]

Working	Parts	of	a	Joint	.	—	The	ends	of	the	bones	are	covered	with	a	thin
在职的	部分	的	一个	联合的	.	—	这	结束	的	这	骨头	是	涵盖	和	一个	薄的

['leɪə(r)] [ɒv; əv] ['grɪsl] .

layer	of	gristle	.
层	的	脆骨	.

关节的活动部件——骨头的末端覆盖着一层薄薄的软骨。

[ðə; ði] [bəʊnz] [ɑː(r); ə(r)] [held] [ɪn] [pleɪs] [baɪ] ['sevrəl] [strɒŋ] [bændz] [kɔːld] ['lɪgəmənts] ([fɪg] . -) .

The	bones	are	held	in	place	by	several	strong	bands	called	ligaments	(	Fig	.	82	)	.
这	骨头	是	握住	在	地方	经过	一些	强的	乐队	称为	韧带	(	如图	.	-	)	.

骨骼由几条称为韧带的强韧带固定到位（图 82）。

[ðiːz] [ɪn'taɪəli] [sə'raʊnd] [ðə; ði] [dʒɔɪnt] .

These	entirely	surround	the	joint	.
这些	完全	环绕	这	联合的	.

这些结构完全包围了关节。

[ɒn] [ðeə(r)] ['ɪnə(r)] [saɪdz] [ɪz] [ə; eɪ] ['delɪkət] ['membreɪn] [wɪtʃ] [gɪvz] [aʊt] [ə; eɪ] ['slɪpəri] ['fluːɪd] [tuː; tə]

On	their	inner	sides	is	a	delicate	membrane	which	gives	out	a	slippery	fluid	to
在	他们的	内	侧面	是	一个	精美的	膜	哪个	给予	出去	一个	滑	体液	到

[meɪk] [ðə; ði] [dʒɔɪnt] [wɜːk] ['iːzəli] .

make	the	joint	work	easily	.
制作	这	联合的	工作	容易地	.

它们的内侧有一层薄薄的膜，会分泌润滑液，使关节轻松活动。

[ðə; ði] ['lɪgəmənts] [ɑː(r); ə(r)] ['sʌmtaɪmz] [streɪnd] , [stretʃt] , [ɔː(r)] [tɔːn] [baɪ] [ə; eɪ] [fɔːl] .

The	ligaments	are	sometimes	strained	,	stretched	,	or	torn	by	a	fall	.
这	韧带	是	有时	紧张	,	拉伸	,	或者	撕裂	经过	一个	落下	.

韧带有时会因跌倒而拉伤、拉伸或撕裂。

[ðə; ði][dʒɔɪnt] [ðen] [swelz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði] ['wɔːtəri] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [kə'lekts] [ðeə(r)] .

The	joint	then	swells	because	the	watery	part	of	the	blood	collects	there	.
这	联合的	然后	涌浪	因为	这	水状的	部分	的	这	血	收集	那里	.

由于血液中的水分聚集在关节处，关节就会肿胀。

[ə; eɪ] [spreɪnd] [lɪm] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['elɪveɪtɪd] [tuː; tə] [prɪ'vent] ['swelɪŋ] .

A	sprained	limb	should	be	elevated	to	prevent	swelling	.
一个	扭伤	肢	应该	是	升高	到	防止	肿胀	.

扭伤的肢体应抬高以防止肿胀。

['beɪðɪŋ] [ˌaɪ 'tiː][ɪn] ['veri] [hɒt]['wɔːtə(r)][ɪz]['helpf(ə)l] .

Bathing	it	in	very	hot	water	is	helpful	.
洗澡	它	在	非常	热的	水	是	有帮助	.

用滚烫的热水浸泡会有帮助。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] . — [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [fɔːm] [ðə; ði] [liːn] [miːt] [ɪn] ['eni] ['ænɪm(ə)l] .

The	Muscles	.	—	The	muscles	form	the	lean	meat	in	any	animal	.
这	肌肉	.	—	这	肌肉	形式	这	倾斜	肉	在	任何	动物	.

肌肉——肌肉构成了任何动物的瘦肉。

[ðeɪ] [meɪk] [ʌp] [ə'baʊt] [wʌn] [hɑːf][ðə; ði] [weɪt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

They	make	up	about	one	half	the	weight	of	the	body	.
他们	制作	向上	关于	一	一半	这	重量	的	这	身体	.

它们约占人体重量的一半。

[iːtʃ] ['mʌs(ə)l] [ɪz][ə; eɪ]['bʌnd(ə)l][ɒv; əv] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv]['lɪt(ə)l] [θredz] [held] [tə'geðə(r)] [baɪ] ['ʌðə(r)] [faɪnə] [θredz] ,

Each	muscle	is	a	bundle	of	thousands	of	little	threads	held	together	by	other	finer	threads	,
每个	肌肉	是	一个	捆	的	数千	的	小的	线程	握住	一起	经过	其他	更精细	线程	,

每块肌肉都是由成千上万根细小的纤维束组成，这些细小的纤维又由更细小的纤维连接在一起。

[waɪl] [ðə; ði] [həʊl] [ɪz] [sə'raʊndɪd] [baɪ][ə; eɪ] [θɪn] [ʃiːt] .

while	the	whole	is	surrounded	by	a	thin	sheet	.
尽管	这	所有的	是	包围	经过	一个	薄的	床单	.

整个结构被一层薄片包裹着。

['lɪt(ə)l] ['bʌnd(ə)lz] [fɔːmd] [ɒv; əv] ['sevrəl] [ɒv; əv] [ðiːz] [θredz] [kɔːld] ['faɪbərz] [meɪ] [biː; bi] [siːn] [ɪn][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [kʊkt] [biːf] [pɪkt] [tuː; tə] ['piːsɪz] .

Little	bundles	formed	of	several	of	these	threads	called	fibers	may	be	seen	in	a	piece	of	cooked	beef	picked	to	pieces	.
小的	捆绑	形成	的	一些	的	这些	线程	称为	纤维	可能	是	已见	在	一个	片	的	煮熟	牛肉	挑选	到	件	.

在一块煮熟的牛肉被撕成碎片后，可以看到由许多这样的细丝组成的小束，称为纤维。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)]['əʊvə(r)] [faɪv] ['hʌndrəd] ['mʌs(ə)lz] [ɪn][ðə; ði] ['bɒdi] .

There	are	over	five	hundred	muscles	in	the	body	.
那里	是	超过	五	百	肌肉	在	这	身体	.

人体内存在超过五百块肌肉。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — ['fɪfti] [ɒv; əv][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [dʒʌst]['ʌndə(r)][ðə; ði] [skɪn] .

83	—	Fifty	of	the	muscles	just	under	the	skin	.
-	—	五十	的	这	肌肉	只是	在下面	这	皮肤	.

83 —皮下五十块肌肉。

[nəʊt] [ðə; ði] [waɪt] [kɔːdz] , [ðə; ði] ['tendənz] [ɪn][ðə; ði]['riːdʒənz][ɒv; əv][ðə; ði][hændz][ænd; ənd] [fiːt] .

Note	**the**	**white**	**cords**	**,**	**the**	**tendons**	**in**	**the**	**regions**	**of**	**the**	**hands**	**and**	**feet**	**.**
笔记	这	白色的	绳索	,	这	肌腱	在	这	地区	的	这	双手	和	脚	.

注意手脚部位的白色索状物，即肌腱。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ðə; ði]['baɪseps] ['mʌs(ə)l] [kən'træktɪd] [ə'bʌv] [ænd; ənd] [rɪ'lækst] [ɔː(r)] ['luːs(ə)nd] [bɪ'ləʊ] .

84	**—**	**The**	**biceps**	**muscle**	**contracted**	**above**	**and**	**relaxed**	**or**	**loosened**	**below**	**.**
-	—	这	二头肌	肌肉	合同	多于	和	轻松	或者	松动	以下	.

84 —肱二头肌上方收缩，下方放松或松弛。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**142**	**]**
[	页	-	]

[第142页]

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] [fʊt] [lɒŋ] [ænd; ənd][hæv; həv][ðə; ði] [ʃeɪp]

Some	**of**	**the**	**muscles**	**are**	**more**	**than**	**a**	**foot**	**long**	**and**	**have**	**the**	**shape**
一些	的	这	肌肉	是	更多的	比	一个	脚	长的	和	有	这	形状

[ɒv; əv][ə; eɪ] ['rɪbən] .

of	**a**	**ribbon**	**.**
的	一个	丝带	.

有些肌肉长达一英尺多，形状像一条丝带。

[sʌm; səm][ɑː(r); ə(r)]['sɜːkjələ(r)] [laɪk] [ðəʊz] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [maʊθ] , [aɪz] , [ænd; ənd] ['stʌmək] ,

Some	**are**	**circular**	**like**	**those**	**around**	**the**	**mouth**	**,**	**eyes**	**,**	**and**	**stomach**	**,**
一些	是	圆	喜欢	那些	大约	这	嘴	,	眼睛	,	和	胃	,

有些是圆形的，比如嘴巴、眼睛和胃周围的那些。

[waɪl] ['ʌðə(r)z] [ɑː(r); ə(r)] [lɑːdʒ] [ɪn][ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ænd; ənd]['teɪpə(r)] [tə'wɔːd] [ðə; ði] [endz] .

while	**others**	**are**	**large**	**in**	**the**	**middle**	**and**	**taper**	**toward**	**the**	**ends**	**.**
尽管	其他的	是	大的	在	这	中间	和	锥形	朝向	这	结束	.

而另一些则是中间粗壮，两端逐渐变细。

[haʊ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ɑː(r); ə(r)] ['fɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ði] [bəʊnz] . — [ðə; ði] [tuː] [endz] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] [ɑː(r); ə(r)] [ə'tætʃt] [tuː; tə] ['dɪfrənt] [bəʊnz] .

How	**the**	**Muscles**	**are**	**fastened**	**to**	**the**	**Bones**	**.**	**—**	**The**	**two**	**ends**	**of**	**a**	**muscle**	**are**	**attached**	**to**	**different**	**bones**	**.**
如何	这	肌肉	是	系紧	到	这	骨头	.	—	这	二	结束	的	一个	肌肉	是	随附的	到	不同的	骨头	.

肌肉如何附着在骨骼上——肌肉的两端分别附着在不同的骨骼上。

[ɪn] ['meni] [keɪsɪz] [ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [ɪz] [nɒt] [dʒɔɪnd] [də'rektli] [tuː; tə][ðə; ði] [bəʊn] ,

In	**many**	**cases**	**the**	**muscle**	**is**	**not**	**joined**	**directly**	**to**	**the**	**bone**	**,**
在	许多	案例	这	肌肉	是	不是	加入	直接地	到	这	骨	,

在许多情况下，肌肉并非直接与骨骼相连。

[bʌt; bət][ɪz] [kə'nektɪd] [tuː; tə][ə; eɪ] [tʌf] [waɪt] [kɔːd] [kɔːld] [ə; eɪ] ['tendən] .

but	**is**	**connected**	**to**	**a**	**tough**	**white**	**cord**	**called**	**a**	**tendon**	**.**
但	是	连接	到	一个	艰难的	白色的	绳索	称为	一个	肌腱	.

但它与一根坚韧的白色绳索（称为肌腱）相连。

[ðə; ði] ['tendən] [ɪz] [ðen] [fɪkst] [tuː; tə][ðə; ði] [bəʊn] .

The	**tendon**	**is**	**then**	**fixed**	**to**	**the**	**bone**	**.**
这	肌腱	是	然后	固定的	到	这	骨	.

然后将肌腱固定到骨头上。

['sevrəl] [ɒv; əv][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ɪn][ðə; ði] ['fɔːrɑːm] [rʌn] ['ɪntuː] ['tendənz] [ɪn][ðə; ði] [rɪst] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ɪf]

Several	of	the	muscles	in	the	forearm	run	into	tendons	in	the	wrist	because	if
一些	的	这	肌肉	在	这	前臂	跑步	进入	肌腱	在	这	手腕	因为	如果

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [pɑːt] [wɜː(r); wə(r)][tuː; tə][ɪk'stend] [ə'lɒŋ] [ðə; ði] [rɪst] ,

the	muscle	part	were	to	extend	along	the	wrist	,
这	肌肉	部分	是	到	延长	沿着	这	手腕	,

前臂的几块肌肉与手腕的肌腱相连，因为如果肌肉部分沿着手腕延伸，

[ðɪs] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [ɑːm] [wʊd] [biː; bi] [lɑːdʒ] [ænd; ənd] ['klʌmzi] [ɪn'sted] [ɒv; əv] ['greɪsf(ə)l] [ænd; ənd]

this	part	of	the	arm	would	be	large	and	clumsy	instead	of	graceful	and
这	部分	的	这	手臂	会	是	大的	和	笨拙	反而	的	优美	和

['slendə(r)] .

slender	.
苗条	.

手臂的这一部分会显得粗壮笨拙，而不是优雅纤细。

[sʌm; səm][ɒv; əv] [ðiːz] ['tendənz] [meɪ] [biː; bi] [siːn] [tuː; tə] [muːv] [baɪ] ['bendɪŋ] [ðə; ði] [rɪst] [ænd; ənd] [ðen]

Some	of	these	tendons	may	be	seen	to	move	by	bending	the	wrist	and	then
一些	的	这些	肌腱	可能	是	已见	到	移动	经过	弯曲	这	手腕	和	然后

['wɜːkɪŋ] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] .

working	the	fingers	.
在职的	这	手指	.

弯曲手腕并活动手指，可以看到其中一些肌腱在活动。

[haʊ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [duː; də][ðeə(r)] [wɜːk] . — [ə; eɪ]['taɪni] [nɜːv]

How	the	Muscles	do	their	Work	.	—	A	tiny	nerve
如何	这	肌肉	做	他们的	工作	.	—	一个	微小的	神经

肌肉如何工作——一根细小的神经

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	143	]
[	页	-	]

[第143页]

[θred] [rʌnz] [frɒm; frəm][ðə; ði]['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [ɔː(r)] [breɪn] [tuː; tə] ['evri] ['mʌs(ə)l] [θred] .

thread	runs	from	the	spinal	cord	or	brain	to	every	muscle	thread	.
线	跑步	从	这	脊	绳索	或者	脑	到	每一个	肌肉	线	.

神经纤维从脊髓或大脑延伸到每一根肌肉纤维。

['mesɪdʒɪz] [sent] [θruː] [ðə; ði] [nɜːv] [θredz] [tuː; tə][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [meɪk] [ðem; ðəm][ækt] .

Messages	sent	through	the	nerve	threads	to	the	muscles	make	them	act	.
消息	发送	通过	这	神经	线程	到	这	肌肉	制作	他们	行为	.

神经纤维向肌肉传递信息，使肌肉产生运动。

[ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] [kæn; kən][ækt][ɪn]['əʊnli] [tuː] [weɪz] ([fɪg] . -) .

A	muscle	can	act	in	only	two	ways	(	Fig	.	84	)	.
一个	肌肉	能	行为	在	仅有的	二	方式	(	如图	.	-	)	.

肌肉只能以两种方式发挥作用（图 84）。

[ˌaɪ 'tiː][kæn; kən] [bɪ'kʌm] [ʃɔːtə] [ɔː(r)][lɒŋgə(r)] .

It	can	become	shorter	or	longer	.
它	能	变得	较短	或者	更长	.

它可以变短也可以变长。

[wen] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [ʃɔːtə] , [wiː; wi] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː]['kɒntrækts; kən'trækts] .

When	it	gets	shorter	,	we	say	it	contracts	.
什么时候	它	获得	较短	,	我们	说	它	合同	.

当它变短时，我们说它收缩了。

[wen] [ˌaɪ 'tiː] ['stretʃɪz] [aʊt] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sed] [tuː; tə][rɪ'læks] .

When	it	stretches	out	,	it	is	said	to	relax	.
什么时候	它	伸展	出去	,	它	是	说	到	放松	.

据说，当它伸展开来时，它就会放松。

[ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] ['kænɒt] ['kɒntrækt; kən'trækt][mɔː(r)][ðæn; ðən][wʌn] [fɔːθ] [ɒv; əv][ɪts][leŋkθ; leŋθ] .

A	muscle	cannot	contract	more	than	one	fourth	of	its	length	.
一个	肌肉	不能	合同	更多的	比	一	第四	的	它是	长度	.

肌肉收缩的幅度不能超过其长度的四分之一。

[tuː; tə] [pʊl] [ðə; ði] ['fɔːrɑːm] [ʌp] ,

To	pull	the	forearm	up	,
到	拉	这	前臂	向上	,

向上拉起前臂，

[ðə; ði][breɪn] [sendz] [ə; eɪ] ['mesɪdʒ] [tuː; tə][ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [fɪkst] [baɪ][wʌn] [end][æt; ət][ðə; ði] ['ʃəʊldə(r)]

the	brain	sends	a	message	to	the	muscle	fixed	by	one	end	at	the	shoulder
这	脑	发送	一个	信息	到	这	肌肉	固定的	经过	一	结尾	在	这	肩膀

[ænd; ənd][baɪ][ðə; ði]['ʌðə(r)] [end][tuː; tə][ə; eɪ] [bəʊn] [æt; ət][ðə; ði] ['elbəʊ] .

and	by	the	other	end	to	a	bone	at	the	elbow	.
和	经过	这	其他	结尾	到	一个	骨	在	这	弯头	.

大脑向一端固定在肩部、另一端固定在肘部骨骼上的肌肉发出信号。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [æt; ət][wʌns] [bɪ'kʌmz] [ʃɔːtə] [ænd; ənd] [θɪkə] ,

The	muscle	at	once	becomes	shorter	and	thicker	,
这	肌肉	在	一次	变成	较短	和	较厚	,

肌肉瞬间变短变粗，

[æz; əz] [meɪ] [biː; bi] [felt] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [ɒn][ˌaɪ 'tiː] .

as	may	be	felt	by	placing	the	fingers	on	it	.
作为	可能	是	毛毡	经过	放置	这	手指	在	它	.

用手指触摸就能感觉到。

[ɔːl'ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː] ['ʃɔːtən] ['əʊnli] [tuː] ['ɪntʃɪz] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['fɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ði] [bəʊn] [səʊ][nɪə(r)][ðə; ði]

Although	it	shortens	only	two	inches	it	is	fastened	to	the	bone	so	near	the
虽然	它	缩短	仅有的	二	英寸	它	是	系紧	到	这	骨	所以	靠近	这

['elbəʊ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [drɔːz] [ðə; ði][hænd][ʌp] [tuː] [fiːt] .

elbow	that	it	draws	the	hand	up	two	feet	.
弯头	那	它	平局	这	手	向上	二	脚	.

虽然它只缩短了两英寸，但由于它固定在肘部附近的骨头上，所以会把手向上拉起两英尺。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [bəʊnz] ? [ˌtuː'tuː] .

Of	what	use	are	the	bones	?	2	.
的	什么	使用	是	这	骨头	?	2	.

1. 这些骨头有什么用?

[wɒt] ['ænɪmlz] [hæv; həv]['bəʊni] ['skelətn] ? [θriː] .

What	animals	have	bony	skeletons	?	3	.
什么	动物	有	骨质	骷髅	?	3	.

哪些动物拥有骨骼? 3.

[wɒt] [kæn; kən][juː; jʊ] [seɪ] [ɒv; əv][ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [bəʊnz] ? [fɔːr] .

What	can	you	say	of	the	form	of	bones	?	4	.
什么	能	你	说	的	这	形式	的	骨头	?	4	.

你能描述一下骨骼的形状吗? 4.

[haʊ] ['meni] [bəʊnz] [ɪn][ðə; ði] ['bɒdi] ? [faɪv] .

How	many	bones	in	the	body	?	5	.
如何	许多	骨头	在	这	身体	?	5	.

人体有多少块骨头? 5块。

[neɪm] [sɪks] [bəʊnz] . [sɪks] .
Name six bones . 6 .
姓名 六 骨头 . 6 .

说出六种骨骼的名称。6.

[wɒt] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ɑːm] [hæz; həz] [tuː] [bəʊnz] [saɪd] [baɪ] [saɪd] ? ['sɛvən] .
What part of the arm has two bones side by side ? 7 .
什么 部分 的 这 手臂 有 二 骨头 边 经过 边 ? 7 .

手臂的哪个部位有两根并排的骨头？7.

[haʊ] ['meni] [rɪbz] [hæv; həv] [juː; jʊ] ? [eit] .
How many ribs have you ? 8 .
如何 许多 肋骨 有 你 ? 8 .

你身上有多少根肋骨？8.

[ɪk'spleɪn] [haʊ] [ə; eɪ] ['brəʊkən] [bəʊn] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)] . [naɪn] .
Explain how a broken bone should be cared for . 9 .
解释 如何 一个 破碎的 骨 应该 是 关心 为了 . 9 .

解释骨折应该如何处理。9.

[pɔɪnt] [aʊt] [ænd; ənd] [neɪm] [tuː] [kaɪndz] [ɒv; əv] [dʒɔɪnts] . - .
Point out and name two kinds of joints . 10 .
观点 出去 和 姓名 二 种类 的 关节 . - .

指出并说出两种关节的名称。10.

[wɒt] [ɑː(r); ə(r)] ['lɪgəmənts] ? - .
What are ligaments ? 11 .
什么 是 韧带 ? - .

韧带是什么？11.

[ɒv; əv] [wɒt] [ɪz] [ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] [meɪd] ? - .
Of what is a muscle made ? 12 .
的 什么 是 一个 肌肉 制成 ? - .

肌肉是由什么构成的？12.

[haʊ] ['meni] ['mʌs(ə)lz] [ɪn] [ðə; ði] ['bɒdi] ? - .
How many muscles in the body ? 13 .
如何 许多 肌肉 在 这 身体 ? - .

人体有多少块肌肉？13块。

[haʊ] ['meni] ['tendənz] [kæn; kən] [juː; jʊ] [fiːl] [ɪn] [jɔː(r); jə(r)] [rɪst] ?
How many tendons can you feel in your wrist ?
如何 许多 肌腱 能 你 感觉 在 你的 手腕 ?

你手腕里能感觉到多少根肌腱?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 144]
[页 -]

[第144页]

['tʃæptə(r)] [ˌɛksˌaɪ'ɛks]
CHAPTER XIX
章 十九

第十九章

[ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ænd; ənd] [helθ]
THE MUSCLES AND HEALTH
这 肌肉 和 健康

肌肉与健康

['meɪkɪŋ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [strɒŋ] . — [nəʊ] [p'ɜːsənz] [juːz] [ɔːl] [ɒv; əv] [ðə; ði] [faɪv] ['hʌndrəd] ['mʌs(ə)lz] [ɪn] [ðə; ði]

Making	the	Muscles	Strong	.	—	No	persons	use	all	of	the	five	hundred	muscles	in	the
制作	这	肌肉	强的	.	—	不	人	使用	全部	的	这	五	百	肌肉	在	这

['bɒdi] ['evri] [deɪ] .

body	every	day	.
身体	每一个	天	.

增强肌肉力量——没有人每天都会用到身体里的全部五百块肌肉。

[ɪn] [sləʊ] ['wɔːkɪŋ] ['əʊnli] [ə'baʊt] ['twenti] ['mʌs(ə)lz] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] ,

In	slow	walking	only	about	twenty	muscles	are	used	,
在	慢的	步行	仅有的	关于	二十	肌肉	是	用过的	,

慢走时大约只用到二十块肌肉。

[waɪl] [ɪn] ['rʌnɪŋ] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [fɔː(r)] [taɪmz] [ðæt] ['nʌmbə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːld] ['ɪntuː] ['ækʃ(ə)n] .

while	in	running	more	than	four	times	that	number	are	called	into	action	.
尽管	在	跑步	更多的	比	四	时代	那	数字	是	称为	进入	行动	.

而在跑步过程中，被召集起来采取行动的人数是这个数字的四倍多。

['mʌs(ə)lz] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [juːst] [get] ['leɪzi] [ænd; ənd] [wiːk] .

Muscles	which	are	not	used	get	lazy	and	weak	.
肌肉	哪个	是	不是	用过的	得到	懒惰的	和	虚弱的	.

不使用的肌肉会变得迟钝无力。

['evri] [taɪm] [ə; eɪ] ['mʌs(ə)l] [ɪz] [meɪd] [tuː; tə] [ækt] [ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [ɪn'lɑːdʒ] [ænd; ənd] [brɪŋ] [tuː; tə]

Every	time	a	muscle	is	made	to	act	the	blood	vessels	enlarge	and	bring	to
每一个	时间	一个	肌肉	是	制成	到	行为	这	血	船只	放大	和	带来	到

[ˌaɪ 'tiː] [mɔː(r)] [blʌd] [tuː; tə] [sə'plaɪ] [fuːd] .

it	more	blood	to	supply	food	.
它	更多的	血	到	供应	食物	.

每次肌肉活动时，血管都会扩张，输送更多血液来供应肌肉所需的营养。

[ðə; ði] [mɔː(r)] [fuːd] [ðə; ði] ['mʌs(ə)l] [hæz; həz] [ðə; ði] [strɒŋgə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [grəuz] .

The	more	food	the	muscle	has	the	stronger	it	grows	.
这	更多的	食物	这	肌肉	有	这	更强	它	生长	.

肌肉获得的营养越多，肌肉就越强壮。

[ðə; ði] [raɪt] [ɑːm] [ɪz] [juːst] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [ðə; ði] [left] [ɪn] [məʊst] [p'ɜːsənz] .

The	right	arm	is	used	more	than	the	left	in	most	persons	.
这	正确的	手臂	是	用过的	更多的	比	这	左边	在	最多	人	.

大多数人使用右臂的频率高于左臂。

[ðɪs] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [səʊ] [mʌtʃ] [strɒŋgə(r)] [ðæt] [sʌm; səm] [bɔɪz] [kæn; kən] [lɪft] ['twenti] - [faɪv] [paʊndz] [mɔː(r)] [wɪð] [ðə; ði] [raɪt] [ɑːm] [ðæn; ðən] [ðeɪ] [kæn; kən] [wɪð] [ðə; ði] [left] .

This	makes	it	so	much	stronger	that	some	boys	can	lift	twenty	-	five	pounds	more	with	the	right	arm	than	they	can	with	the	left	.
这	制作	它	所以	很多	更强	那	一些	男孩们	能	举起	二十	-	五	磅	更多的	和	这	正确的	手臂	比	他们	能	和	这	左边	.

这使得有些男孩右臂的力量比左臂强得多，以至于他们右臂能举起的重量比左臂多25磅。

['juːzɪŋ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [kiːps] [ðə; ði] ['bɒdi] [wel] . — [ɔːl] ['mʌs(ə)lz] [mʌst; məst] [hæv; həv] [mɔː(r)] [blʌd] [wen] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [juːst] [səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [hɑːt] [ɪz] [meɪd] [tuː; tə] [biːt] [fɑːstə(r)] [ænd; ənd] [strɒŋgə(r)] [baɪ] ['eksəsaɪz] .

Using	the	Muscles	keeps	the	Body	Well	.	—	All	muscles	must	have	more	blood	when	they	are	used	so	that	the	heart	is	made	to	beat	faster	and	stronger	by	exercise	.
使用	这	肌肉	保持	这	身体	出色地	.	—	全部	肌肉	必须	有	更多的	血	什么时候	他们	是	用过的	所以	那	这	心	是	制成	到	打	快点	和	更强	经过	锻炼	.

锻炼肌肉能保持身体健康。——所有肌肉在使用时都需要更多的血液供应，这样才能通过锻炼使心脏跳动得更快更强。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [ɪts] [vælvz] [ænd; ənd] [wɔːlz] [bɪˈkʌm] [ˈeɪb(ə)l][tuː; tə][duː; də][mɔː(r)] [wɜːk] .

In	this	way	its	valves	and	walls	become	able	to	do	more	work	.
在	这	方式	它是	阀门	和	墙壁	变得	有能力的	到	做	更多的	工作	.

这样一来，它的阀门和壁就能做更多的工作。

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [hɑːt] [nɒt] [ˈəʊnli] [dʌz] [ɪts] [wɜːk] [ˈbetə(r)] [ɪn][ə; eɪ] [wel] [ˈpɜːs(ə)n] ,

Such	a	heart	not	only	does	its	work	better	in	a	well	person	,
这样的	一个	心	不是	仅有的	做	它是	工作	更好的	在	一个	出色地	人	,

这样一颗心脏不仅在健康的人身上运作得更好，

[bʌt; bət][ɪz][ˈeɪb(ə)l][tuː; tə] [kiːp] [ˈpʌmpɪŋ] [wen] [ðə; ði] [ˈbɒdi] [ɪz] [ˈwiːkənd] [baɪ] [dɪˈziːz] .

but	is	able	to	keep	pumping	when	the	body	is	weakened	by	disease	.
但	是	有能力的	到	保持	抽水	什么时候	这	身体	是	减弱	经过	疾病	.

但即使身体因疾病而虚弱，它也能继续泵血。

[ˈmeni] [pˈɜːsənz] [daɪ][bɪˈkəz; bɪˈkɒz][ðə; ði] [hɑːt] [gets] [tuː] [wiːk] [tuː; tə] [pʊʃ] [ðə; ði] [blʌd] [θruː] [ðə; ði]

Many	persons	die	because	the	heart	gets	too	weak	to	push	the	blood	through	the
许多	人	死	因为	这	心	获得	也	虚弱的	到	推	这	血	通过	这

[ˈbɒdi] .

body	.
身体	.

许多人因心脏衰竭，无法将血液泵送到全身而死亡。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	145	]
[	页	-	]

[第145页]

[ɪn] [ɔːl][ðə; ði]['lɪt(ə)l] ['speɪsɪz] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ænd; ənd] [pɑːts] [ɒv; əv]['ʌðə(r)] ['ɔːrgənz][ɪz][sʌm; səm]

In	all	the	little	spaces	between	the	muscles	and	parts	of	other	organs	is	some
在	全部	这	小的	空间	之间	这	肌肉	和	部分	的	其他	器官	是	一些

['wɔːtəri] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [kən'teɪnɪŋ] [mʌtʃ] [weɪst] ['gɪv(ə)n] [ɒf] [frɒm; frəm][ðə; ði] [t'ɪʃuːz] .

watery	part	of	the	blood	containing	much	waste	given	off	from	the	tissues	.
水状的	部分	的	这	血	包含	很多	浪费	给定	离开	从	这	组织	.

肌肉和其他器官之间的所有小空隙中都含有一些水状血液，其中含有大量组织产生的废物。

['muːvɪŋ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] ['presɪz] [ɒn] [ðɪs] ['wɔːtəri] [weɪst] [ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [wei] [æz; əz][tuː; tə] [muːv] [ˌaɪ 'tiː]

Moving	the	muscles	presses	on	this	watery	waste	in	such	a	way	as	to	move	it
移动	这	肌肉	出版社	在	这	水状的	浪费	在	这样的	一个	方式	作为	到	移动	它

[ə'lɒŋ] ['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] ['tʃæn(ə)lz] .

along	into	the	blood	channels	.
沿着	进入	这	血	频道	.

肌肉运动会对这些水样废物施加压力，使其进入血液循环系统。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] [kæn; kən][biː; bi][kɑːst][aʊt][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [baɪ][ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd]['ʌðə(r)]['ɔːrgənz] .

It	then	can	be	cast	out	of	the	body	by	the	lungs	and	other	organs	.
它	然后	能	是	投掷	出去	的	这	身体	经过	这	肺	和	其他	器官	.

然后，它可以通过肺和其他器官排出体外。

[wʌn] ['riːz(ə)n] [waɪ] [wiː; wi] [fiːl] [səʊ] [gʊd] ['ɑːftə(r)] ['eksəsaɪz] [ɪz][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði] ['pɔɪzənəs] [weɪst]

One	reason	why	we	feel	so	good	after	exercise	is	because	the	poisonous	waste
一	原因	为什么	我们	感觉	所以	好的	后	锻炼	是	因为	这	有毒	浪费

[hæz; həz] [biːn] ['teɪkən] [ə'weɪ] .

has	been	taken	away	.
有	到过	已采取	离开	.

运动后我们感觉良好的一个原因是体内的有害废物被排出体外了。

[nəʊ][wʌn][kæn; kən] [rɪ'meɪn] [wel] ['veri] [lɒŋ] [wɪ'ðaʊt] ['teɪkɪŋ] ['eksəsaɪz] .

No	one	can	remain	well	very	long	without	taking	exercise	.
不	一	能	保持	出色地	非常	长的	没有	采取	锻炼	.

不运动，人不可能长期保持健康。

['tʃɪldrən] [æz; əz] [wel] [æz; əz]['əʊldə] [p'ɜːsənz] [ʃʊd; ʃəd] [ɪn'dʒɔɪ][wʌn][ɔː(r)] [tuː] ['aʊəz] [ɒv; əv] ['aʊtdɔː(r)] [pleɪ]

Children	as	well	as	older	persons	should	enjoy	one	or	two	hours	of	outdoor	play
孩子们	作为	出色地	作为	老	人	应该	享受	一	或者	二	小时	的	户外的	玩

['evri] [deɪ] .

every	day	.
每一个	天	.

儿童和老年人每天都应该享受一到两个小时的户外玩耍时间。

[fɪg] . - — ['veəriəs] [weɪz] [ɒv; əv] ['eksəsaɪzɪŋ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['bɒdi] [wel] .

Fig	.	85	—	Various	ways	of	exercising	the	muscles	to	keep	the	body	well	.
如图	.	-	—	各种各样的	方式	的	锻炼	这	肌肉	到	保持	这	身体	出色地	.

图 85 — 锻炼肌肉以保持身体健康的各种方法。

[haʊ] [tuː; tə] ['eksəsaɪz] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] . — ['aʊtdɔː(r)] [geɪmz] [gɪv] [ðə; ði] [best] [fɔːm] [ɒv; əv] ['eksəsaɪz] .

How	to	exercise	the	Muscles	.	—	Outdoor	games	give	the	best	form	of	exercise	.
如何	到	锻炼	这	肌肉	.	—	户外的	游戏	给	这	最好的	形式	的	锻炼	.

如何锻炼肌肉——户外运动是最好的锻炼方式。

['tenɪs] , ['beɪsbɔːl] , ['krɪkɪt] , ['rəʊɪŋ] , [ænd; ənd] ['swɪmɪŋ] [ɑː(r); ə(r)] [spɔːts] [wɪtʃ] [brɪŋ] ['nɪəli] [ɔːl]

Tennis	,	baseball	,	cricket	,	rowing	,	and	swimming	are	sports	which	bring	nearly	all
网球	,	棒球	,	蟋蟀	,	划船	,	和	游泳	是	运动的	哪个	带来	几乎	全部

[ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] ['ɪntuː][juːz] .

the	muscles	into	use	.
这	肌肉	进入	使用	.

网球、棒球、板球、赛艇和游泳等运动几乎需要用到所有肌肉。

['evri] [bɔɪ] [ænd; ənd][gɜːl] [ʃʊd; ʃəd] [lɜːn] [tuː; tə] [swɪm] .

Every	boy	and	girl	should	learn	to	swim	.
每一个	男生	和	女孩	应该	学习	到	游泳	.

每个男孩女孩都应该学习游泳。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['deɪndʒərəs] [tuː; tə][gəʊ] ['swɪmɪŋ]

It	is	dangerous	to	go	swimming
它	是	危险的	到	去	游泳

游泳很危险

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	146	]
[	页	-	]

[第146页]

[ə'ləʊn] [ɔː(r)][tuː; tə] [swɪm] [ɪn] [diːp] ['wɔːtə(r)] .

alone	or	to	swim	in	deep	water	.
独自的	或者	到	游泳	在	深的	水	.

独自一人或在深水中游泳。

[kræmp] [meɪ] [siːz] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [æt; ət] ['eni] [taɪm] , [səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [lɪmz] ['kænɒt] [biː; bi] [muːvd] .

Cramp	may	seize	the	muscles	at	any	time	,	so	that	the	limbs	cannot	be	moved	.
抽筋	可能	抢占	这	肌肉	在	任何	时间	,	所以	那	这	四肢	不能	是	已搬	.

肌肉痉挛可能随时发生，导致四肢无法活动。

['hʌndrədz] [ɒv; əv] [p'ɜːsənz] [ɑː(r); ə(r)] ['draʊnd] ['evri] [jɪə(r)][baɪ] ['ventʃərɪŋ] [ɪn] [diːp] ['wɔːtə(r)] .

Hundreds	of	persons	are	drowned	every	year	by	venturing	in	deep	water	.
数百	的	人	是	溺水	每一个	年	经过	冒险	在	深的	水	.

每年有数百人因冒险进入深水区而溺亡。

['teɪkɪŋ] [keə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [jɑːd] [ænd; ənd]['gɑːd(ə)n][ænd; ənd] ['helpɪŋ] [wɪð] ['ʌðə(r)] [wɜːk] [ə'baʊt][ðə; ði]

Taking	care	of	the	yard	and	garden	and	helping	with	other	work	about	the
采取	关心	的	这	院子	和	花园	和	帮助	和	其他	工作	关于	这

[həʊm] [ɪz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði][best] [weɪz] [ɒv; əv] ['getɪŋ] ['eksəsaɪz][ænd; ənd][æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] ['duːɪŋ]

home	is	one	of	the	best	ways	of	getting	exercise	and	at	the	same	time	doing
家	是	一	的	这	最好的	方式	的	获得	锻炼	和	在	这	相同的	时间	正在做

[sʌm; səm] [gʊd] .

some	good	.
一些	好的	.

照料院子和花园，以及帮忙做其他家务，是锻炼身体、同时做好事的最好方法之一。

['speʃ(ə)l] [kaɪndz][ɒv; əv] ['eksəsaɪz] . — [ə; eɪ] [ruːm] [wɪð] [rəʊps] , [swɪŋz] ,

Special	Kinds	of	Exercise	.	—	A	room	with	ropes	,	swings	,
特别的	种类	的	锻炼	.	—	一个	房间	和	绳索	,	摇摆	,

特殊类型的锻炼——一个装有绳索、秋千的房间，

[ænd; ənd] [mə'ʃiːnz] [ɪn][ˌaɪ 'tiː][fɔː(r); fə(r)] ['eksəsaɪz] [ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ] [dʒɪm'neɪziəm] .

and	machines	in	it	for	exercise	is	called	a	gymnasium	.
和	机器	在	它	为了	锻炼	是	称为	一个	健身房	.

里面装有健身器材的场所叫做体育馆。

['ʌndə(r)][ðə; ði][də'rekʃ(ə)n][ɒv; əv][ə; eɪ] ['tiːtʃə(r)] [ðə; ði]['pjuːp(ə)lz][kæn; kən][get] ['kwɪkli] [dʒʌst][ðə; ði] [raɪt]

Under	the	direction	of	a	teacher	the	pupils	can	get	quickly	just	the	right
在下面	这	方向	的	一个	老师	这	学生	能	得到	迅速地	只是	这	正确的

[kaɪnd][ɒv; əv] ['eksəsaɪz] [tuː; tə] ['streŋ(k)θn] [ðə; ði] [wiːk] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] [kiːp] ['evri]

kind	of	exercise	to	strengthen	the	weak	parts	of	the	body	and	keep	every
种类	的	锻炼	到	加强	这	虚弱的	部分	的	这	身体	和	保持	每一个

['ɔːgən] [ɪn] [helθ] .

organ	in	health	.
器官	在	健康	.

在老师的指导下，学生们可以很快获得合适的锻炼方法，以增强身体的薄弱环节，并保持每个器官的健康。

[ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] ['ɒf(ə)n] [nɪ'glektɪd] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃest] .

The	muscles	oftenest	neglected	are	those	of	the	chest	.
这	肌肉	最常	被忽视的	是	那些	的	这	胸部	.

最常被忽视的肌肉是胸肌。

['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [kiːp] [hɪz; ɪz] [tʃest] [fʊl] [ænd; ənd] [raʊnd] [baɪ] ['swɪŋɪŋ] [ðə; ði] [ɑːmz] [ænd; ənd]

Every	one	should	keep	his	chest	full	and	round	by	swinging	the	arms	and
每一个	一	应该	保持	他的	胸部	满的	和	圆形的	经过	摇摆	这	武器	和

['præktɪsɪŋ] [diːp] ['briːðɪŋ] ['evri] [deɪ] .

practicing	deep	breathing	every	day	.
练习	深的	呼吸	每一个	天	.

每个人都应该每天通过摆动双臂和练习深呼吸来保持胸部饱满圆润。

['deɪndʒə(r)][frɒm; frəm] [tuː] [mʌtʃ] ['eksəsaɪz] . — ['leɪtli] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [biːn] ['lɜːnɪd] [ðæt] ['veri] ['vaɪələnt]

Danger	from	too	much	Exercise	.	—	Lately	it	has	been	learned	that	very	violent
危险	从	也	很多	锻炼	.	—	最近	它	有	到过	学习	那	非常	暴力

['eksəsaɪz] [fɔː(r); fə(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] ['ɒf(ə)n] ['indʒə] [ðə; ði] [hɑːt] .

exercise	for	more	than	a	few	minutes	often	injures	the	heart	.
锻炼	为了	更多的	比	一个	很少	分钟	经常	受伤	这	心	.

运动过量带来的危险——最近人们发现，剧烈运动超过几分钟往往会损伤心脏。

[ðə; ði] ['rʌnɪŋ] [ɒv; əv] ['meni] ['reɪsɪz] [ʌn'tɪl] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][ɔːl] [aʊt][ɒv; əv] [breθ] [ɔː(r)] [mʌtʃ] ['dʒʌmpɪŋ]

The	running	of	many	races	until	you	are	all	out	of	breath	or	much	jumping
这	跑步	的	许多	种族	直到	你	是	全部	出去	的	气息	或者	很多	跳

[ɒv; əv][ðə; ði] [rəʊp] [ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [streɪn] [ðə; ði] [hɑːt] .

of	the	rope	is	likely	to	strain	the	heart	.
的	这	绳索	是	可能	到	拉紧	这	心	.

连续进行多场比赛直到气喘吁吁，或者进行大量的跳绳运动，都可能对心脏造成负担。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['ɔːlweɪz] ['hɑːmf(ə)l][tuː; tə] [ɜːdʒ] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɒn] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kəm'pliːtli] ['taɪəd] [aʊt] .

It	is	always	harmful	to	urge	the	body	on	until	it	is	completely	tired	out	.
它	是	总是	有害	到	敦促	这	身体	在	直到	它	是	完全地	疲劳的	出去	.

强迫身体过度劳累直至其完全疲惫，总是有害的。

['ælkəhɒl] [meɪks] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [wiːk] . — [ɪn][ðə; ði][jɪə(r)] - [tuː] ['lɜːnɪd] [men] [ɪn] ['swɪtsələnd]

Alcohol	makes	the	Muscles	Weak	.	—	In	the	year	1903	two	learned	men	in	Switzerland
酒精	制作	这	肌肉	虚弱的	.	—	在	这	年	-	二	学习	男人	在	瑞士

[spent] [mʌtʃ] [taɪm] [tuː; tə] [dɪ'tɜːmɪn] ['weðə(r)] ['ælkəhɒl] [helpt] [p'ɜːsənz] [duː; də]

spent	much	time	to	determine	whether	alcohol	helped	persons	do
花费	很多	时间	到	决定	无论	酒精	帮助	人	做

酒精会使肌肉无力。——1903年，瑞士两位博学之士花费大量时间研究酒精是否会导致肌肉无力。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	147	]
[	页	-	]

[第147页]

[mɔː(r)] [wɜːk] .

more	work	.
更多的	工作	.

更多工作。

[ðeɪ] [traɪd] [mɔː(r)][ðæn; ðən] [tuː] ['hʌndrəd] [ɪk'sperɪm(ə)nts] [wɪð] [men] [tuː; tə] [huːm] [ðeɪ] ['sʌmtaɪmz]

They	tried	more	than	two	hundred	experiments	with	men	to	whom	they	sometimes
他们	尝试	更多的	比	二	百	实验	和	男人	到	谁	他们	有时

[geɪv] [waɪn] [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [fuːd] ,

gave	wine	and	sometimes	food	,
给予	葡萄酒	和	有时	食物	,

他们进行了两百多项实验，受试者有时喝酒，有时吃食物。

[ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [bəuθ][wɜː(r); wə(r)]['gɪv(ə)n] [tə'geðə(r)] .

and	sometimes	both	were	given	together	.
和	有时	两个都	是	给定	一起	.

有时两者会一起给予。

[ðə; ði] [rɪ'zʌlts] [ɒv; əv] [ðiːz] [tests] [ʃəʊd] [ðæt] [wen] [waɪn] [wɒz; wəz]['gɪv(ə)n] [ə'ləʊn] ,

The	results	of	these	tests	showed	that	when	wine	was	given	alone	,
这	结果	的	这些	测试	显示	那	什么时候	葡萄酒	曾是	给定	独自的	,

这些测试结果表明，当单独饮用葡萄酒时，

[ðə; ði] [mænz] [ə'bɪlətɪ] [tuː; tə][duː; də] [wɜːk] [wɒz; wəz] [ɪn'kriːst] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [ʃɔːt] [taɪm] ,

the	man's	ability	to	do	work	was	increased	for	a	short	time	,
这	男人的	能力	到	做	工作	曾是	增加	为了	一个	短的	时间	,

该男子的工作能力在短时间内有所提高。

[bʌt; bət]['leɪtə(r)][hiː; hi][kʊd; kəd][nɒt][duː; də][səʊ] [mʌtʃ] [wɜːk] [æz; əz] [wen] [hiː; hi][hæd; həd]['teɪkən][nəʊ]

but	later	he	could	not	do	so	much	work	as	when	he	had	taken	no
但	之后	他	可以	不是	做	所以	很多	工作	作为	什么时候	他	有	已采取	不

[waɪn] .

wine	.
葡萄酒	.

但后来他无法像没喝酒时那样完成那么多工作了。

[wen] [ðə; ði][mæn] [tʊk] [bəuθ] [fuːd] [ænd; ənd] [waɪn] ,

When	the	man	took	both	food	and	wine	,
什么时候	这	男人	采取	两个都	食物	和	葡萄酒	,

当那人同时拿了食物和酒时，

[hiː; hi][kʊd; kəd][duː; də]['əʊnli][ə'baʊt] [naɪn] [tenθs] [æz; əz] [mʌtʃ] [wɜːk] [æz; əz] [wen] [hiː; hi] [tʊk] [fuːd]

he	could	do	only	about	nine	tenths	as	much	work	as	when	he	took	food
他	可以	做	仅有的	关于	九	十分之一	作为	很多	工作	作为	什么时候	他	采取	食物

[ə'ləʊn] .

alone	.
独自的	.

他现在只能完成独自带食物时大约十分之九的工作量。

[ðə; ði][məʊst]['keəf(ə)l] [tests] [baɪ]['ʌðə(r)] [p'ɜːsənz] [ʃəʊ] [ðæt] ['wɪski] [wɪl] [nɒt] [help][ə; eɪ][mæn][duː; də]

The	most	careful	tests	by	other	persons	show	that	whisky	will	not	help	a	man	do
这	最多	小心	测试	经过	其他	人	展示	那	威士忌酒	将要	不是	帮助	一个	男人	做

[mɔː(r)] [wɜːk] ,

more	work	,
更多的	工作	,

其他人的最严谨的测试表明，威士忌并不能帮助男人提高工作效率。

[lɪft][ə; eɪ] ['hevɪə] [weɪt] , [ɔː(r)] [ʃuːt] ['streɪtə(r)] .

lift	a	heavier	weight	,	or	shoot	straighter	.
举起	一个	较重	重量	,	或者	射击	更直	.

举起更重的重量，或者射得更准。

[ɪn][fækt]['lɪt(ə)l][ɔː(r)] [mʌtʃ] ['wɪski] [meɪks] [hɪm] [les] ['eɪb(ə)l][tuː; tə][duː; də]['eni][ɒv; əv] [ðiːz] [θɪŋz] .

In	fact	little	or	much	whisky	makes	him	less	able	to	do	any	of	these	things	.
在	事实	小的	或者	很多	威士忌酒	制作	他	较少的	有能力的	到	做	任何	的	这些	事物	.

事实上，威士忌喝多了或喝多了都会让他更难做到这些事情。

[bɪə(r)] [meɪks] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] ['leɪzi] . — ['dɒktə(r)] [pɑːks] [ɒv; əv] ['nɛtli] [sɪ'kjʊəd] [tuː] [gæŋz] [ɒv; əv]

Beer	makes	the	Muscles	Lazy	.	—	Doctor	Parkes	of	Netley	secured	two	gangs	of
啤酒	制作	这	肌肉	懒惰的	.	—	医生	帕克斯	的	内特利	安全	二	帮派	的

['səʊldʒəz][tuː; tə][duː; də][ðə; ði] [seɪm] [kaɪnd][ɒv; əv] [wɜːk] .

soldiers	to	do	the	same	kind	of	work	.
士兵	到	做	这	相同的	种类	的	工作	.

啤酒使肌肉懒惰。——内特利的帕克斯医生雇佣了两队士兵去做同一种工作。

[hiː; hi] [ə'laʊd] [ðə; ði][fɜːst] [gæŋ] [tuː; tə] [drɪŋk] [sʌm; səm][bɪə(r)] ,

He	allowed	the	first	gang	to	drink	some	beer	,
他	允许	这	第一的	帮派	到	喝	一些	啤酒	,

他允许第一批人喝了些啤酒，

[bʌt; bət][ðə; ði]['sekənd] [gæŋ] [wɜː(r); wə(r)][nɒt] [ə'laʊd] [tuː; tə][hæv; həv]['eni] .

but	the	second	gang	were	not	allowed	to	have	any	.
但	这	第二	帮派	是	不是	允许	到	有	任何	.

但第二伙人却不被允许拥有任何东西。

['djʊərɪŋ][ðə; ði][fɜːst]['aʊə(r)][ðə; ði][bɪə(r)] [gæŋ] [dɪd][ðə; ði][məʊst] [wɜːk] ,

During	the	first	hour	the	beer	gang	did	the	most	work	,
期间	这	第一的	小时	这	啤酒	帮派	做过	这	最多	工作	,

第一个小时，啤酒组的工作量最大。

[bʌt; bət]['ɑːftə(r)] [ðæt] [ðə; ði] ['tempərəns] [gæŋ] [dɪd][fɑː(r)][mɔː(r)] [wɜːk] ['djʊərɪŋ][ðə; ði][ɪn'taɪə(r)] [deɪ] .

but	after	that	the	temperance	gang	did	far	more	work	during	the	entire	day	.
但	后	那	这	节制	帮派	做过	远的	更多的	工作	期间	这	全部的	天	.

但在那之后，禁酒小组在一天中做了更多的工作。

[ðə; ði][nekst] [wiːk] [bɪə(r)][wɒz; wəz] [rɪ'fjuːzd] [ðə; ði][fɜːst] [gæŋ] [ænd; ənd]['gɪv(ə)n][tuː; tə][ðə; ði]['sekənd] .

The	next	week	beer	was	refused	the	first	gang	and	given	to	the	second	.
这	下一个	星期	啤酒	曾是	拒绝	这	第一的	帮派	和	给定	到	这	第二	.

接下来的一周，第一批帮派成员被拒绝提供啤酒，而第二批成员则获得了啤酒。

[ðə; ðɪ][bɪə(r)] [helpt] [ðə; ðɪ]['sekənd] [gæŋ] [duː; də][mɔː(r)] [wɜːk] [ðæn; ðən][ðə; ðɪ][fɜːst][wʌn][fɔː(r); fə(r)] ['nɪəli]

The	beer	helped	the	second	gang	do	more	work	than	the	first	one	for	nearly
这	啤酒	帮助	这	第二	帮派	做	更多的	工作	比	这	第一的	一	为了	几乎

[tuː] ['aʊəz] ,

two	hours	,
二	小时	,

啤酒帮助第二组工人在近两个小时内比第一组工人完成了更多的工作。

[bʌt; bət]['ɑːftə(r)] [ðæt] [ðeɪ] [dɪd] [mʌtʃ] [les] [ðæn; ðən][ðə; ðɪ][fɜːst] [gæŋ] .

but	after	that	they	did	much	less	than	the	first	gang	.
但	后	那	他们	做过	很多	较少的	比	这	第一的	帮派	.

但之后他们的所作所为远不如第一批团伙。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	148	]
[	页	-	]

[第148页]

[ðɪs] [ʃəʊz] [ðæt] [men] [huː] [wɪʃ] [tuː; tə][duː; də][ðeə(r)] [best] [wɜːk] ['djʊərɪŋ][ðə; ðɪ][ɪn'taɪə(r)] [deɪ] [ʃʊd; ʃəd]

This	shows	that	men	who	wish	to	do	their	best	work	during	the	entire	day	should
这	演出	那	男人	WHO	希望	到	做	他们的	最好的	工作	期间	这	全部的	天	应该

[nɒt] [juːz][bɪə(r)] .

not	use	beer	.
不是	使用	啤酒	.

这表明，想要全天保持最佳工作状态的男性不应该喝啤酒。

[tə'bækəʊ][ænd; ənd][ðə; ðɪ] ['mʌs(ə)lz] . — ['meni] [ɪk'sperɪm(ə)nts][ænd; ənd] ['stʌdiz] [hæv; həv] [ʃəʊn] [ðæt]

Tobacco	and	the	Muscles	.	—	Many	experiments	and	studies	have	shown	that
烟草	和	这	肌肉	.	—	许多	实验	和	研究	有	所示	那

[ðə; ðɪ] ['bɒdi] ['kænɒt] [duː; də][ɪts] [best] [wɜːk] [wen] ['iːv(ə)n] ['veri] [smɔːl] [ə'maʊnts] [ɒv; əv]['pɔɪz(ə)n][ɑː(r); ə(r)]

the	body	cannot	do	its	best	work	when	even	very	small	amounts	of	poison	are
这	身体	不能	做	它是	最好的	工作	什么时候	甚至	非常	小的	金额	的	毒	是

['teɪkən] [deɪ] ['ɑːftə(r)] [deɪ] .

taken	day	after	day	.
已采取	天	后	天	.

烟草与肌肉——许多实验和研究表明，即使每天摄入极少量的毒物，身体也无法发挥最佳功能。

[ðə; ðɪ]['pɔɪz(ə)n][ɪn][tə'bækəʊ][ɪz] [bɪ'liːvd] [tuː; tə] ['wiːkən] [ðə; ðɪ] ['mʌs(ə)lz] [səʊ] [mʌtʃ] [ðæt] [nəʊ][mæn][ɒn]

The	poison	in	tobacco	is	believed	to	weaken	the	muscles	so	much	that	no	man	on
这	毒	在	烟草	是	相信	到	削弱	这	肌肉	所以	很多	那	不	男人	在

[ə; eɪ] ['fʊtbɔːl] [tiːm] [ɪn] ['eni] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɑːdʒ] ['kɑːlɪdʒz] [ɔː(r)] [ˌjʊnə'vɜːrsəti] [ɪz] [ə'laʊd] [tuː; tə] [sməʊk]

a	football	team	in	any	of	our	large	colleges	or	universities	is	allowed	to	smoke
一个	足球	团队	在	任何	的	我们的	大的	大学	或者	大学	是	允许	到	抽烟

[ɔː(r)] [tʃuː] ['djʊərɪŋ][ðə; ðɪ] ['siːz(ə)n] .

or	chew	during	the	season	.
或者	嚼	期间	这	季节	.

人们认为烟草中的毒素会严重削弱肌肉，因此，在我们任何一所大型学院或大学的足球队中，都不允许任何队员在赛季期间吸烟或嚼烟。

[p'ɜːsənz] ['treɪnɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] ['eni] ['kɒntest] [weə(r)] [mʌtʃ] [streŋθ] [ɪz] [rɪ'kwaɪəd] [duː; də] [nɒt] [juːz]

Persons	training	for	any	contest	where	much	strength	is	required	do	not	use
人	训练	为了	任何	竞赛	在哪里	很多	力量	是	必需的	做	不是	使用

[tə'bækəʊ][ɪn] ['eni] [fɔːm] .

tobacco	in	any	form	.
烟草	在	任何	形式	.

参加任何需要大量力量的比赛的训练人员，不得使用任何形式的烟草。

[tə'bækəʊ] [prɪ'vents] [grəʊθ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] . — [ðə; ði] ['mɒdərət] [ju:z][ɒv; əv][tə'bækəʊ][baɪ][men]

Tobacco	prevents	Growth	of	the	Muscles	.	—	The	moderate	use	of	tobacco	by	men
烟草	阻止	生长	的	这	肌肉	.	—	这	缓和	使用	的	烟草	经过	男人

[hæz; həz][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [ɪ'fekt] [ɒn][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] .

has	but	little	effect	on	the	muscles	.
有	但	小的	影响	在	这	肌肉	.

烟草会抑制肌肉生长。——男性适量使用烟草对肌肉的影响很小。

[ˌaɪ 'ti:] [meɪ] [kɔ:z] [ðem; ðəm][tu:; tə]['taɪə(r)][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][mɔ:(r)] ['i:zəli] [wen] ['du:ɪŋ] ['veri] [hɑ:d] [wɜ:k] .

It	may	cause	them	to	tire	a	little	more	easily	when	doing	very	hard	work	.
它	可能	原因	他们	到	胎	一个	小的	更多的	容易地	什么时候	正在做	非常	难的	工作	.

这可能会导致他们在进行非常繁重的工作时更容易感到疲劳。

[tə'bækəʊ]['pɔɪz(ə)n] [dʌz] , [haʊ'evə(r)] , [ʃəʊ] [ə; eɪ] [mɑ:kt] [ɪ'fekt] [ɒn][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ɒv; əv][ðə; ði] [jʌŋ]

Tobacco	poison	does	,	however	,	show	a	marked	effect	on	the	muscles	of	the	young
烟草	毒	做	,	然而	,	展示	一个	标记	影响	在	这	肌肉	的	这	年轻的

.

:

.

然而，烟草毒素确实会对年轻人的肌肉产生明显的影响。

['veri] ['keəf(ə)l] ['meʒəm(ə)nts] [meɪd] [æt; ət][wʌn][ɒv; əv][ðə; ði] [lɑ:dʒ] [ˌjʊnə'vɜ:rsəti] [ʃəʊd] [ðæt] [ðə; ði]

Very	careful	measurements	made	at	one	of	the	large	universities	showed	that	the
非常	小心	测量	制成	在	一	的	这	大的	大学	显示	那	这

[bɔɪz] [hu:] [dɪd] [nɒt] [sməʊk] [gru:] [wʌn] [tenθ] [mɔ:(r)][ɪn] [weɪt] [ænd; ənd][wʌn] [fɔ:θ] [mɔ:(r)][ɪn] [haɪt]

boys	who	did	not	smoke	grew	one	tenth	more	in	weight	and	one	fourth	more	in	height
男孩们	WHO	做过	不是	抽烟	生长	一	第十	更多的	在	重量	和	一	第四	更多的	在	高度

[ðæn; ðən] [ðəʊz] ['ju:zɪŋ][tə'bækəʊ] ['regjələli] .

than	those	using	tobacco	regularly	.
比	那些	使用	烟草	经常	.

一所大型大学进行的非常仔细的测量表明，不吸烟的男孩比经常吸烟的男孩体重多增长十分之一，身高多增长四分之一。

[ðɪs] [sləʊ] [grəʊθ] [ɪn][tə'bækəʊ]['ju:zəz][ɪz] ['pɑ:tli] [dju:] [tu:; tə][ðə; ði][fækt] [ðæt] [tə'bækəʊ] [meɪks] [ðə; ði]

This	slow	growth	in	tobacco	users	is	partly	due	to	the	fact	that	tobacco	makes	the
这	慢的	生长	在	烟草	用户	是	部分	到期的	到	这	事实	那	烟草	制作	这

['mʌs(ə)lz] [ɪn][ðə; ði] [wɔ:lz] [ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [skwi:z] [tə'geðə(r)] [səʊ][æz; əz][tu:; tə] [ʃʌt] [ɒf]

muscles	in	the	walls	of	the	blood	vessels	squeeze	together	so	as	to	shut	off
肌肉	在	这	墙壁	的	这	血	船只	挤	一起	所以	作为	到	关闭	离开

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] [blʌd] [frɒm; frəm][ðə; ði][legz] ,

some	of	the	blood	from	the	legs	,
一些	的	这	血	从	这	腿	,

烟草使用者数量增长缓慢的部分原因是，烟草会导致血管壁肌肉收缩，从而阻断部分腿部血液供应。

[ɑ:mz] , [ænd; ənd]['ʌðə(r)] [pɑ:ts] , [səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [get] [tu:] ['lɪt(ə)l] [fu:d] .

arms	,	and	other	parts	,	so	that	they	get	too	little	food	.
武器	,	和	其他	部分	,	所以	那	他们	得到	也	小的	食物	.

手臂和其他部位，导致它们得不到足够的食物。

[tə'bækəʊ] [meɪ] ['ɔ:lsəʊ] [kɔ:z] [les] [fu:d] [tu:; tə][bi:; bi][daɪ'dʒestɪd][fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði][ju:z][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

Tobacco	may	also	cause	less	food	to	be	digested	for	the	use	of	the	body	.
烟草	可能	还	原因	较少的	食物	到	是	消化	为了	这	使用	的	这	身体	.

烟草也可能导致身体消化吸收的食物减少。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	149	]
[	页	-	]

['tʃæptə(r)] ['eks 'eks]

CHAPTER XX

章 xx

第二十章

[haʊ] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] ['gʌvənd]

HOW THE BODY IS GOVERNED

如何 这 身体 是 受统治

身体是如何运作的

['meɪkɪŋ] [ðə; ði] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [wɜːk] . — [iːtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['hʌndrədz] [ɒv; əv]['ɔːrgənz][ɪn][ðə; ði]

Making the Parts of the Body Work . — Each of the hundreds of organs in the

制作 这 部分 的 这 身体 工作 . — 每个 的 这 数百 的 器官 在 这

['bɒdi] [hæz; həz][ə; eɪ] ['sɜːt(ə)n] [wɜːk] [tuː; tə][duː; də][ænd; ənd] [ðɪs] [mʌst; məst][biː; bi] [dʌn] [æt; ət][ðə; ði]

body has a certain work to do and this must be done at the

身体 有 一个 肯定 工作 到 做 和 这 必须 是 完毕 在 这

[raɪt] [taɪm] .

right time .

正确的 时间 .

使身体各部分正常运作——人体数百个器官各司其职，必须在正确的时间完成特定的工作。

[ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] [ɔːl] [meɪ] [wɜːk] [tə'geðə(r)] [ænd; ənd] [iːtʃ] [wʌn][duː; də][ɪts] [pɑːt] [wen] ['niːdɪd] ,

In order that all may work together and each one do its part when needed ,

在 命令 那 全部 可能 工作 一起 和 每个 一 做 它是 部分 什么时候 需要 ,

为了让所有人都能齐心协力，并在需要时各尽其责，

[ðeə(r)][ɪz][ə; eɪ] [tʃiːf] ['mænɪdʒə(r)] [kɔːld] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd][ə; eɪ] ['helpɪŋ] ['mænɪdʒə(r)] [nemd] [ðə; ði]

there is a chief manager called the brain and a helping manager named the

那里 是 一个 首席 经理 称为 这 脑 和 一个 帮助 经理 命名 这

['spaɪn(ə)l] [kɔːd] .

spinal cord .

脊 绳索 .

人体有一个总管理者，叫做大脑；还有一个辅助管理者，叫做脊髓。

[m'ɪlɪənz] [ɒv; əv]['taɪni] [θredz] [fɔː(r); fə(r)] ['sendɪŋ] ['mesɪdʒɪz] [kə'nekt] [ðə; ði] [tuː] ['mænɪdʒər] [wɪð] ['evri]

Millions of tiny threads for sending messages connect the two managers with every

百万 的 微小的 线程 为了 发送 消息 连接 这 二 经理 和 每一个

[pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

part of the body .

部分 的 这 身体 .

数百万条用于发送信息的细小线将两位管理者与身体的各个部位连接起来。

[ðiːz] [θredz] [fɔːm] [ðə; ði] [nɜːvz] .

These threads form the nerves .

这些 线程 形式 这 神经 .

这些细丝构成了神经。

[ðə; ði] [breɪn] . — [ðə; ði] [breɪn] [ɪz][ə; eɪ] [spɒft] [bʌntʃ] [ɒv; əv]['mætə(r)] ['fɪlɪŋ] [ðə; ði][ˌɪn'saɪd][ɒv; əv][ðə; ði] [skʌl]

The Brain . — The brain is a soft bunch of matter filling the inside of the skull

这 脑 . — 这 脑 是 一个 柔软的 束 的 事情 填充 这 里面 的 这 颅骨

.

:

.

大脑——大脑是一团柔软的物质，填充在颅骨内部。

[ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv][ðə; ði] [skʌl] [ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ]['kwɔːtə(r)][ɒv; əv][æn; ən] [ɪntʃ] [θɪk] [ænd; ənd] [prɪ'vent] ['eni]

The bones of the skull are a quarter of an inch thick and prevent any

这 骨头 的 这 颅骨 是 一个 四分之一 的 一个 英寸 厚的 和 防止 任何

['kɒmən] [nɔk] [frɒm; frəm] ['hɜːtɪŋ] [ðə; ði] [breɪn] .

common knocks from hurting the brain .

常见的 敲门声 从 受伤 这 脑 .

头骨厚度为四分之一英寸，可以防止常见的碰撞伤及大脑。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [sə'raʊndɪd] [baɪ] [θriː] ['kʌvərɪŋz] [wɪtʃ] ['ɔːlsəʊ] [help] [ʃiːld] [ˌaɪ 'tiː][frɒm; frəm]['ɪndʒəri] .

It	is	surrounded	by	three	coverings	which	also	help	shield	it	from	injury	.
它	是	包围	经过	三	覆盖物	哪个	还	帮助	盾	它	从	受伤	.

它周围有三层覆盖物，这些覆盖物也有助于保护它免受伤害。

[ðə; ði] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] [ɪz] ['veri] [ʌn'iːv(ə)n] .

The	surface	of	the	brain	is	very	uneven	.
这	表面	的	这	脑	是	非常	不均匀	.

大脑表面非常不平整。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ] [greɪt] ['meni] [fəʊldz] ['sepəreɪtɪd] [baɪ] [gruːvz] .

There	are	a	great	many	folds	separated	by	grooves	.
那里	是	一个	伟大的	许多	折叠	分开	经过	凹槽	.

上面有很多褶皱，褶皱之间有凹槽隔开。

[sʌm; səm][ɒv; əv] [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən][æn; ən] [ɪntʃ] [diːp] .

Some	of	these	are	more	than	an	inch	deep	.
一些	的	这些	是	更多的	比	一个	英寸	深的	.

有些深度超过一英寸。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði]['ʌndə(r)] [saɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd][ðə; ði]['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [wɪð] [ðə; ði] [tʃiːf] [nɜːvz]

86	—	The	under	side	of	the	brain	and	the	spinal	cord	with	the	chief	nerves
-	—	这	在下面	边	的	这	脑	和	这	脊	绳索	和	这	首席	神经

[ɒv; əv][wʌn] [saɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [vjuː] [frɒm; frəm][ɪn] [frʌnt] .

of	one	side	of	the	body	viewed	from	in	front	.
的	一	边	的	这	身体	已查看	从	在	正面	.

86 —从前面看到的脑和脊髓的底部以及身体一侧的主要神经。

[pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] . — [ðə; ði] [breɪn] [ɪz][dɪ'vaɪdɪd]['ɪntuː] [θriː] [tʃiːf] [pɑːts] .

Parts	of	the	Brain	.	—	The	brain	is	divided	into	three	chief	parts	.
部分	的	这	脑	.	—	这	脑	是	分割	进入	三	首席	部分	.

大脑的组成部分——大脑分为三个主要部分。

[ðə; ði] ['ʌpə(r)] [ænd; ənd]['lɑːdʒə(r)] [pɑːt] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði]

The	upper	and	larger	part	is	called	the
这	上	和	更大的	部分	是	称为	这

上部较大的部分称为

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	150	]
[	页	-	]

[第150页]

[bɪg] [breɪn] [ɔː(r)][sə'riːbrəm; 'serəbrəm] .

big	brain	or	cerebrum	.
大的	脑	或者	大脑	.

大脑或大脑皮层。

[ðə; ði]['ləʊə(r)] [pɑːt] [bɪ'haɪnd][ɪz][ðə; ði]['lɪt(ə)l] [breɪn] [ɔː(r)] [ˌserə'beləm] .

The	lower	part	behind	is	the	little	brain	or	cerebellum	.
这	降低	部分	在后面	是	这	小的	脑	或者	小脑	.

后下方的部分是小脑。

[ðə; ði] [pɑːt] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] ['lɪt(ə)l] [breɪn] [ænd; ənd] [raʊnd] [laɪk] [ðə; ði] [θʌm] [ɪz] [ðə; ði] [stem] [ɒv; əv] [ðə; ði]

The	part	under	the	little	brain	and	round	like	the	thumb	is	the	stem	of	the
这	部分	在下面	这	小的	脑	和	圆形的	喜欢	这	拇指	是	这	干	的	这

[breɪn] .

brain	.
脑	.

位于小脑下方、形状像拇指的圆形部分是脑干。

[ˌaɪ 'tiː] [kə'nekts] [ðə; ði] ['lɑːdʒə(r)] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] [breɪn] [wɪð] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] .

It	connects	the	larger	parts	of	the	brain	with	the	spinal	cord	.
它	连接	这	更大的	部分	的	这	脑	和	这	脊	绳索	.

它连接大脑的大部分区域和脊髓。

[ðə; ði] [bɪg] [breɪn] [ɪz] ['pɑːtli] ['sepəreɪtɪd] ['ɪntuː] [hɑːvz] [baɪ] [ə; eɪ] [diːp] [kʌt] [kɔːld] [ə; eɪ] ['fɪʃə(r)] .

The	big	brain	is	partly	separated	into	halves	by	a	deep	cut	called	a	fissure	.
这	大的	脑	是	部分	分开	进入	一半	经过	一个	深的	切	称为	一个	裂缝	.

大脑被一条称为裂隙的深切口部分地分成两半。

[iːtʃ] [hɑːf] [ɪz] [ə; eɪ] ['hemɪsfɪə(r)] .

Each	half	is	a	hemisphere	.
每个	一半	是	一个	半球	.

每一半都是一个半球。

[ðə; ði] ['aʊtə(r)] ['leɪə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [greɪ] .

The	outer	layer	of	the	brain	is	gray	.
这	外	层	的	这	脑	是	灰色的	.

大脑外层呈灰色。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv] [m'ɪliənz] [ɒv; əv] ['taɪni] [lʌmps] [ɒv; əv] ['mætə(r)] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ði] ['bɒdɪz] [ɒv; əv]

It	is	made	of	millions	of	tiny	lumps	of	matter	which	are	the	bodies	of
它	是	制成	的	百万	的	微小的	肿块	的	事情	哪个	是	这	身体	的

[nɜːv] [selz] .

nerve	cells	.
神经	细胞	.

它由数百万个微小的物质团块组成，这些物质团块是神经细胞的细胞体。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [kə'nektɪd] [baɪ] [θredz] [mʌtʃ] [faɪnə] [ðæn; ðən] [heəz] [wɪð] ['ʌðə(r)] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði]

These	are	connected	by	threads	much	finer	than	hairs	with	other	parts	of	the
这些	是	连接	经过	线程	很多	更精细	比	头发	和	其他	部分	的	这

[breɪn] [ænd; ənd] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] .

brain	and	spinal	cord	.
脑	和	脊	绳索	.

它们通过比头发丝还要细得多的纤维与其他脑部和脊髓部分相连。

['əʊvə(r)] [ðiːz] [θredz] [kɔːld] [nɜːv] ['faɪbərz] [wʌn] [sel] [kæn; kən] [tɔːk] [tuː; tə] [ə'nʌðə(r)] ['sʌmwɒt] [æz; əz]

Over	these	threads	called	nerve	fibers	one	cell	can	talk	to	another	somewhat	as
超过	这些	线程	称为	神经	纤维	一	细胞	能	讲话	到	其他	有些	作为

[wiː; wi] [tɔːk] ['əʊvə(r)] [ə; eɪ] ['telɪfəʊn] ['waɪə(r)] .

we	talk	over	a	telephone	wire	.
我们	讲话	超过	一个	电话	金属丝	.

通过这些被称为神经纤维的细丝，一个细胞可以像我们通过电话线交谈一样与另一个细胞进行交流。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] [skʌl] [kʌt] [ə'weɪ] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði] [breɪn] .

87	—	Side	of	the	skull	cut	away	to	show	the	brain	.
-	—	边	的	这	颅骨	切	离开	到	展示	这	脑	.

87 —颅骨侧面切开，露出大脑。

[biː] , ['bækbəʊn] .
B , backbone .
B , 骨干 .

B，主干。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 151]
[页 -]

[第151页]

[ðə; ði]['spaɪn(ə)l] [kɔːd] . — [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ]['bʌnd(ə)l][ɒv; əv] [nɜːv] ['mætə(r)] [ə'baʊt] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz]
The Spinal Cord . — This is a bundle of nerve matter about as thick as
这 脊 绳索 . — 这 是 一个 捆 的 神经 事情 关于 作为 厚的 作为
[jɔː(r); jə(r)]['fɪŋgə(r)] .
your finger .
你的 手指 .

脊髓——这是一束神经组织，大约和你的手指一样粗。

[ˌaɪ 'tiː][ɪk'stendz; ek-][frɒm; frəm][ðə; ði] [stem] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] [daʊn] [ðə; ði][kə'næl][ɪn][ðə; ði] ['bækbəʊn] .
It extends from the stem of the brain down the canal in the backbone .
它 扩展 从 这 干 的 这 脑 向下 这 运河 在 这 骨干 .

它从大脑的根部向下延伸到脊柱的椎管。

[ðə; ði]['aʊtə(r)]['leɪə(r)][ɒv; əv][ðə; ði]['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [ɪz] [waɪt] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [meɪd] [ɒv; əv][ðə; ði]['taɪni]
The outer layer of the spinal cord is white because it is made of the tiny
这 外 层 的 这 脊 绳索 是 白色的 因为 它 是 制成 的 这 微小的
[θredz] ,
threads ,
线程 ,

脊髓外层呈白色，因为它是由细小的纤维组成。

[nɜːv] ['faɪbərz] .
nerve fibers .
神经 纤维 .

神经纤维。

[ðə; ði]['ɪnə(r)] [pɑːt] [ɪz] [meɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdɪz] [ɒv; əv] [nɜːv] [selz] [ænd; ənd] ['ðeəfɔː(r)] [lʊks] [greɪ] .
The inner part is made of the bodies of nerve cells and therefore looks gray .
这 内 部分 是 制成 的 这 身体 的 神经 细胞 和 所以 看起来 灰色的 .

内部由神经细胞体构成，因此看起来是灰色的。

[ðə; ði]['faɪbərz][ɑː(r); ə(r)] ['brɑːntʃɪŋ] [θredz] [frɒm; frəm][ðə; ði] [selz] [ɪn][ðə; ði] [kɔːd] [ænd; ənd] [breɪn] .
The fibers are branching threads from the cells in the cord and brain .
这 纤维 是 分枝 线程 从 这 细胞 在 这 绳索 和 脑 .

这些纤维是从脊髓和大脑细胞中分支出来的细丝。

[ðə; ði] ['mesɪdʒ] ['kærɪəz] [ɔː(r)] [nɜːv] ['faɪbərz] . — [ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] [ðə; ði] ['mænɪdʒər] [meɪ] [send]
The Message Carriers or Nerve Fibers . — In order that the managers may send
这 信息 承运人 或者 神经 纤维 . — 在 命令 那 这 经理 可能 发送
['mesɪdʒɪz] , [ðiːz] [faɪn] [θredz] ,
messages , these fine threads ,
消息 , 这些 美好的 线程 ,

信息载体或神经纤维——为了使管理者能够传递信息，这些细丝，

[ðə; ði] [nɜːv] ['faɪbərz] , [ɪk'stend][frɒm; frəm][ðem; ðəm][tuː; tə][ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .
the nerve fibers , extend from them to all parts of the body .
这 神经 纤维 , 延长 从 他们 到 全部 部分 的 这 身体 .

神经纤维从它们延伸到身体的各个部位。

[ɪn] ['meni] ['pleɪsɪz] [frɒm; frəm] [faɪv] [tuː; tə] [faɪv] ['hʌndrəd] [ɔː(r)] [mɔː(r)] [ɒv; əv] [ðiːz] ['faɪbərz] [ɑː(r); ə(r)] [juː'naɪtɪd]

In	many	places	from	five	to	five	hundred	or	more	of	these	fibers	are	united
在	许多	地方	从	五	到	五	百	或者	更多的	的	这些	纤维	是	团结的

[ɪn] [wʌn] [waɪt] [kɔːd] [kɔːld] [ə; eɪ] [nɜːv] .

in	one	white	cord	called	a	nerve	.
在	一	白色的	绳索	称为	一个	神经	.

在许多地方，五到五百根甚至更多的纤维汇聚成一条白色的索状物，称为神经。

[twelv] [peəz] [ɒv; əv] [nɜːvz] [ɑː(r); ə(r)] [dʒɔɪnd] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] ['ʌndə(r)] [saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [breɪn] [ænd; ənd]

Twelve	pairs	of	nerves	are	joined	to	the	under	side	of	the	brain	and
十二	对	的	神经	是	加入	到	这	在下面	边	的	这	脑	和

['θɜːti] - [wʌn] [peəz] [ɑː(r); ə(r)] [kə'nektɪd] [wɪð] [ðə; ðɪ] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] ([fɪg] . -) .

thirty	-	one	pairs	are	connected	with	the	spinal	cord	(	Fig	.	86	)	.
三十	-	一	对	是	连接	和	这	脊	绳索	(	如图	.	-	)	.

十二对神经与大脑的下侧相连，三十一对神经与脊髓相连（图 86）。

[ðə; ðɪ] [nɜːvz] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [breɪn] [brɑːntʃ] [tuː; tə] [ɔːl] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [hed] [ænd; ənd] [nek] ,

The	nerves	of	the	brain	branch	to	all	parts	of	the	head	and	neck	,
这	神经	的	这	脑	分支	到	全部	部分	的	这	头	和	脖子	,

大脑的神经分支遍布头部和颈部的各个部位。

[ænd; ənd] [wʌn] [peə(r)] [gəʊz] [daʊn] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] [lʌŋz] , [hɑːt] , [ænd; ənd] ['stʌmək] .

and	one	pair	goes	down	to	the	lungs	,	heart	,	and	stomach	.
和	一	一对	去	向下	到	这	肺	,	心	,	和	胃	.

其中一对神经向下通往肺、心脏和胃。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	152	]
[	页	-	]

[第152页]

[ðə; ðɪ] [nɜːvz] [kə'nektɪd] [wɪð] [ðə; ðɪ] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [brɑːntʃ] [tuː; tə] ['evri] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] ['mʌs(ə)lz] ,

The	nerves	connected	with	the	spinal	cord	branch	to	every	part	of	the	muscles	,
这	神经	连接	和	这	脊	绳索	分支	到	每一个	部分	的	这	肌肉	,

[bəʊnz] ,

bones	,
骨头	,

与脊髓相连的神经分支到肌肉、骨骼的各个部分，

[ænd; ənd] [skɪn] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [ɑːmz] , [trʌŋk] , [ænd; ənd] [legz] .

and	skin	of	the	arms	,	trunk	,	and	legs	.
和	皮肤	的	这	武器	,	树干	,	和	腿	.

以及手臂、躯干和腿部的皮肤。

[haʊ] [ðə; ðɪ] [nɜːvz] [duː; də] [ðeə(r)] [wɜːk] . — [ɒn] [ə; eɪ] ['telɪfəʊn] ['waɪə(r)] [wiː; wi] [kæn; kən] [send] [ə; eɪ]

How	the	Nerves	do	their	Work	.	—	On	a	telephone	wire	we	can	send	a
如何	这	神经	做	他们的	工作	.	—	在	一个	电话	金属丝	我们	能	发送	一个

['mesɪdʒ] [ɪn] ['aɪðə(r)] [də'rekʃ(ə)n] .

message	in	either	direction	.
信息	在	任何一个	方向	.

神经是如何工作的——通过电话线，我们可以双向发送信息。

[ə; eɪ] ['mesɪdʒ] [kæn; kən] ['træv(ə)l] [ɒn] [ə; eɪ] [nɜːv] [ɪn] ['əʊnlɪ] [wʌn] [də'rekʃ(ə)n] .

A	message	can	travel	on	a	nerve	in	only	one	direction	.
一个	信息	能	旅行	在	一个	神经	在	仅有的	一	方向	.

信息只能沿着神经单向传递。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðeə(r)] [mʌst; məst] [biː; bi] [tuː] [kaɪndz] [ɒv; əv] [nɜːvz] .

For	this	reason	there	must	be	two	kinds	of	nerves	.
为了	这	原因	那里	必须	是	二	种类	的	神经	.

因此，神经必然有两种类型。

[wʌn] [kaɪnd] [ɪz] [kɔːld] ['sendɪŋ] [nɜːvz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [kɔːd] [send] ['ɔːdərs] ['əʊvə(r)]

One	kind	is	called	sending	nerves	because	the	brain	and	cord	send	orders	over
一	种类	是	称为	发送	神经	因为	这	脑	和	绳索	发送	订单	超过

[ðem; ðəm] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] ['ɔːrgənz] [ækt] .

them	to	make	the	organs	act	.
他们	到	制作	这	器官	行为	.

其中一种叫做传导神经，因为大脑和脊髓通过它们向器官发出指令，使器官活动。

[ðə; ði] ['ʌðə(r)] [kaɪnd] ['kæriz] ['mesɪdʒɪz] [tuː; tə] [ðə; ði] [breɪn] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [aɪz] , [ɪəz] , [skɪn] ,

The	other	kind	carries	messages	to	the	brain	from	the	eyes	,	ears	,	skin	,
这	其他	种类	携带	消息	到	这	脑	从	这	眼睛	,	耳朵	,	皮肤	,

另一种则将来自眼睛、耳朵、皮肤的信息传递到大脑。

[ɔː(r)] ['ʌðə(r)] ['ɔːrgənz] [ɒv; əv] [sens] , ['telɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [haʊ] [ðeɪ] [fiːl] .

or	other	organs	of	sense	,	telling	it	how	they	feel	.
或者	其他	器官	的	感觉	,	讲述	它	如何	他们	感觉	.

或者其他感觉器官，告诉它它们的感受。

[ɒn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [ðiːz] [ɑː(r); ə(r)] [nemd] [rɪ'siːvɪŋ] [nɜːvz] .

On	this	account	these	are	named	receiving	nerves	.
在	这	帐户	这些	是	命名	接收	神经	.

因此，它们被称为接收神经。

[wen] [wiː; wi] [wɪʃ] [tuː; tə] [kætʃ] [ə; eɪ] [bɔːl] ,

When	we	wish	to	catch	a	ball	,
什么时候	我们	希望	到	抓住	一个	球	,

当我们想接球时，

[ðə; ði] [breɪn] [sendz] [æn; ən] ['ɔːdə(r)] [ə'lɒŋ] [ðə; ði] [nɜːv] [θredz] [daʊn] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [ænd; ənd] [aʊt]

the	brain	sends	an	order	along	the	nerve	threads	down	the	spinal	cord	and	out
这	脑	发送	一个	命令	沿着	这	神经	线程	向下	这	脊	绳索	和	出去

[θruː] [ðə; ði] [nɜːvz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ɑːm] [tuː; tə] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] [tuː; tə] [get] ['redi] [tuː; tə] [siːz] [ə; eɪ] [bɔːl] .

through	the	nerves	of	the	arm	to	the	fingers	to	get	ready	to	seize	a	ball	.
通过	这	神经	的	这	手臂	到	这	手指	到	得到	准备好	到	抢占	一个	球	.

大脑沿着脊髓发出指令，并通过手臂的神经传到手指，使手指做好接球的准备。

[ðə; ði] ['fɪŋgəz] [ɑː(r); ə(r)] [spred] [tuː; tə] [grɑːsp] [ðə; ði] [bɔːl] ,

The	fingers	are	spread	to	grasp	the	ball	,
这	手指	是	传播	到	抓牢	这	球	,

手指张开抓住球，

[bʌt; bət] [ðeɪ] [duː; də] [nɒt] [kləʊz] [ʌn'tɪl] [ə; eɪ] ['mesɪdʒ] [gəʊz] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [skɪn] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['fɪŋgə(r)]

but	they	do	not	close	until	a	message	goes	from	the	skin	of	the	finger
但	他们	做	不是	关闭	直到	一个	信息	去	从	这	皮肤	的	这	手指

[tɪps] [tuː; tə] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] ,

tips	to	the	spinal	cord	,
尖端	到	这	脊	绳索	,

但是，只有当信息从指尖皮肤传递到脊髓时，它们才会关闭。

['telɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ðæt] [ðə; ði] [bɔːl] [ɪz] [ɪn] [ðə; ði] [hænd] .

telling	it	that	the	ball	is	in	the	hand	.
讲述	它	那	这	球	是	在	这	手	.

告诉它球在手里。

[ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv] [ðə; ði] [breɪn] . — [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [nɒt] ['əʊnli] [ðə; ði] [tʃiːf] ['mænɪdʒə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi]

The	Work	of	the	Brain	.	—	The	brain	is	not	only	the	chief	manager	of	the	body
这	工作	的	这	脑	.	—	这	脑	是	不是	仅有的	这	首席	经理	的	这	身体

,

,

,

大脑的工作——大脑不仅是身体的主要管理者，

[bʌt; bət][ðə; ði] [həʊm] [ɒv; əv][ðə; ði][maɪnd] .

but	the	home	of	the	mind	.
但	这	家	的	这	头脑	.

但却是心灵的家园。

[ðə; ði][maɪnd][ækts] [θruː] [ðə; ði] [breɪn] .

The	mind	acts	through	the	brain	.
这	头脑	行为	通过	这	脑	.

思想通过大脑发挥作用。

[ðə; ði][maɪnd] [rɪˈsiːvz] [θruː] [ðə; ði] [breɪn] [wɒt] [ðə; ði] [aɪ] [siːz] , [ðə; ði][ɪə(r)] [hˈiəz] , [ðə; ði] [nəʊz] [smelz] ,

The	mind	receives	through	the	brain	what	the	eye	sees	,	the	ear	hears	,	the	nose	smells	,
这	头脑	接收	通过	这	脑	什么	这	眼睛	看到	,	这	耳朵	听到	,	这	鼻子	气味	,

大脑接收眼睛所看到的、耳朵所听到的、鼻子所闻到的信息。

[ænd; ənd][ðə; ði] [ˈfɪŋgəz] [fiːl] .

and	the	fingers	feel	.
和	这	手指	感觉	.

手指感觉到了。

[ɔːl] [ðɪs] [ˈnɒlɪdʒ] [ɪz] [stɔː(r)d] [ʌp] [ɪn][ðə; ði][maɪnd][ænd; ənd] [kɔːld]

All	this	knowledge	is	stored	up	in	the	mind	and	called
全部	这	知识	是	存储	向上	在	这	头脑	和	称为

所有这些知识都储存在大脑中，被称为记忆。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	153	]
[	页	-	]

[第153页]

[ˈmeməri] .

memory	.
记忆	.

记忆。

[ðiːz] [fækts][ænd; ənd] [ˈʌðə(r)z] [ˈlɜːnɪd] [ˈleɪtə(r)][ɑː(r); ə(r)] [wɜːkt] [ˈəʊvə(r)][baɪ][ðə; ði][maɪnd] .

These	facts	and	others	learned	later	are	worked	over	by	the	mind	.
这些	事实	和	其他的	学习	之后	是	工作	超过	经过	这	头脑	.

这些事实以及后来了解到的其他事实都会被大脑反复思考和处理。

[ðɪs] [ɪz] [kɔːld] [θɔːt] .

This	is	called	thought	.
这	是	称为	想法	.

这叫做思考。

[ðə; ði][maɪnd] [ruːlz] [ænd; ənd] [bɪˈkʌmz] [gʊd] [ɔː(r)][bæd] [əˈkɔːdɪŋ] [tuː; tə] [ˈweðə(r)] [ˌaɪ ˈtiː] [kənˈteɪnz] [gʊd] [θɔːts] [ɔː(r)][bæd] [θɔːts] .

The	mind	rules	and	becomes	good	or	bad	according	to	whether	it	contains	good	thoughts	or	bad	thoughts	.
这	头脑	规则	和	变成	好的	或者	坏的	根据	到	无论	它	包含	好的	想法	或者	坏的	想法	.

人的思想决定了它是善是恶，取决于它里面是善的思想还是恶的思想。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [rɒŋ] [tuː; tə] [riːd] [bʊks] [ænd; ənd] [ˈpeɪpəz] [əˈbaʊt] [ˈrɔbəri] [ænd; ənd] [ˈməːdə] [ɔː(r)][tuː; tə] [tel] [ɔː(r)][tuː; tə]['lɪs(ə)n][tuː; tə][bæd] ['stɔːriz] ,

It	is	wrong	to	read	books	and	papers	about	robberies	and	murders	or	to	tell	or	to	listen	to	bad	stories	,
它	是	错误的	到	读	图书	和	文件	关于	抢劫	和	谋杀案	或者	到	告诉	或者	到	听	到	坏的	故事	,

阅读有关抢劫和谋杀的书籍和报纸，或者讲述或听一些不好的故事，都是错误的。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɪn] [ðɪs] [wei] ['i:v(ə)l] [θɔ:ts] [get]['ɪntu:][ðə; ði][maɪnd] .

because	in	this	way	evil	thoughts	get	into	the	mind	.
因为	在	这	方式	邪恶的	想法	得到	进入	这	头脑	.

因为邪念就是这样进入人们的脑海的。

[ðə; ði] [best] [wei] [ɒv; əv] ['ki:pɪŋ] ['bædnəs] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði][maɪnd][ɪz][tu:; tə] [fɪl] [ˌaɪ 'ti:] [wɪð] ['gʊdnəs] .

The	best	way	of	keeping	badness	out	of	the	mind	is	to	fill	it	with	goodness	.
这	最好的	方式	的	保持	坏	出去	的	这	头脑	是	到	充满	它	和	善良	.

防止邪恶念头进入大脑的最好方法就是让大脑充满善良。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] [sed] [ðæt] ['lɪŋkən] [wɒz; wəz][səʊ] ['bɪzi] ['θɪŋkɪŋ] [haʊ] [hi:; hi][kʊd; kəd][help] ['ʌðə(r)z] [ðæt] [ðeə(r)]

It	is	said	that	Lincoln	was	so	busy	thinking	how	he	could	help	others	that	there
它	是	说	那	林肯	曾是	所以	忙碌的	思维	如何	他	可以	帮助	其他的	那	那里

[wɒz; wəz][nəʊ] [ru:m] [ɪn][hɪz; ɪz][maɪnd][fɔ:(r); fə(r)][ə; eɪ][bæd] [θɔ:t] .

was	no	room	in	his	mind	for	a	bad	thought	.
曾是	不	房间	在	他的	头脑	为了	一个	坏的	想法	.

据说林肯一心想着如何帮助他人，以至于他的脑海中根本没有空间产生任何邪恶的想法。

['du:ɪŋ] [sʌm; səm] ['kaɪndnəs] ['evri] [deɪ] [helps] [mʌtʃ] [ɪn][ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [gʊd] [maɪnd] .

Doing	some	kindness	every	day	helps	much	in	the	making	of	a	good	mind	.
正在做	一些	仁慈	每一个	天	帮助	很多	在	这	制作	的	一个	好的	头脑	.

每天做些善事对培养良好的心灵大有裨益。

['hæbɪt] . — [ðə; ði] ['du:ɪŋ] [ɒv; əv] ['eniθɪŋ] ['əʊvə(r)][ænd; ənd]['əʊvə(r)] [ə'gen] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['bɒdi] [gəʊz]

Habit	.	—	The	doing	of	anything	over	and	over	again	until	the	body	goes
习惯	.	—	这	正在做	的	任何事物	超过	和	超过	再次	直到	这	身体	去

[θru:] [ðə; ði] [seɪm] ['məuʃənz] [wɪ'ðaʊt] ['eni] [ɔ:(r)] ['veri] ['lɪt(ə)l] [θɔ:t] [ɪz] [kɔ:ld] ['hæbɪt] .

through	the	same	motions	without	any	or	very	little	thought	is	called	habit	.
通过	这	相同的	运动	没有	任何	或者	非常	小的	想法	是	称为	习惯	.

习惯——反复做某件事，直到身体做出相同的动作而无需思考或只需很少思考，就称为习惯。

[ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] [nɜ:vz] [ɑ:(r); ə(r)][səʊ] [fɔ:md] [ðæt] [wen] [ðeɪ] [get] [ju:st] [tu:; tə] [əu'bei] [ðə; ði]

The	brain	and	nerves	are	so	formed	that	when	they	get	used	to	obeying	the
这	脑	和	神经	是	所以	形成	那	什么时候	他们	得到	用过的	到	服从	这

[seɪm] ['ɔ:də(r)][ɒv; əv][ðə; ði][maɪnd] [ə'gen] [ænd; ənd] [ə'gen] ,

same	order	of	the	mind	again	and	again	,
相同的	命令	的	这	头脑	再次	和	再次	,

大脑和神经的构造决定了，当它们习惯于一遍又一遍地服从相同的思维指令时，

[ðeɪ] [wɪl] ['kæri] [aʊt] [ði:z] ['ɔ:dərs] [wen] [ðə; ði][maɪnd][nəʊ]['lɒŋgə(r)] [gɪvz] [ðem; ðəm] .

they	will	carry	out	these	orders	when	the	mind	no	longer	gives	them	.
他们	将要	携带	出去	这些	订单	什么时候	这	头脑	不	更长	给予	他们	.

当人的意识不再发出这些命令时，他们就会执行它们。

['sʌmtaɪmz] [ðeɪ] [wɪl] [kən'tɪnju:] [tu:; tə] [ə'beɪ] [ðə; ði][əʊld] ['ɔ:dərs] ['i:v(ə)n] [wen] [nju:] [wʌnz] [ɑ:(r); ə(r)]

Sometimes	they	will	continue	to	obey	the	old	orders	even	when	new	ones	are
有时	他们	将要	继续	到	服从	这	老的	订单	甚至	什么时候	新的	一个	是

['gɪv(ə)n] .

given	.
给定	.

即使下达了新命令，他们有时仍会继续服从旧命令。

['meni] [p'ɜ:sənz] [wʊd] [laɪk] [tu:; tə] [breɪk] [ɒf] [ðə; ði]['hæbɪt][ɒv; əv] ['drɪŋkɪŋ] [bɪə(r)][ɔ:(r)] ['wɪski] , [ɒv; əv]

Many	persons	would	like	to	break	off	the	habit	of	drinking	beer	or	whisky	,	of
许多	人	会	喜欢	到	休息	离开	这	习惯	的	喝	啤酒	或者	威士忌酒	,	的

['tʃu:ɪŋ] [tə'bækəʊ] ,

chewing	tobacco	,
咀嚼	烟草	,

许多人都想戒掉喝啤酒或威士忌、嚼烟草的习惯。

[ænd; ənd] ['juːzɪŋ] [bæd] ['læŋgwɪdʒ] ,

and	using	bad	language	,
和	使用	坏的	语言	,

使用不雅语言

[bʌt; bət] [ðeɪ] [faɪnd] [ˌaɪ 'tiː] ['verɪ] [hɑːd] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði] [maɪnd] [ruːl] [ðə; ði] ['bɒdi] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ]

but	they	find	it	very	hard	to	make	the	mind	rule	the	body	because	they
但	他们	寻找	它	非常	难的	到	制作	这	头脑	规则	这	身体	因为	他们

[hæv; həv] [let] [ðə; ði] [nɜːvz] [hæv; həv] [ðeə(r)] [əʊn] [weɪ] [səʊ] [lɒŋ] .

have	let	the	nerves	have	their	own	way	so	long	.
有	让	这	神经	有	他们的	自己的	方式	所以	长的	.

但他们发现很难让思想控制身体，因为他们长期以来一直放任神经为所欲为。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	154	]
[	页	-	]

[第154页]

['spiːkɪŋ] ['tʃɪəfəli] [tuː; tə] [ðəʊz] [wiː; wi] [miːt] , ['gɪvɪŋ] [ə; eɪ] [kaɪnd] [wɜːd] [tuː; tə] ['aʊə(r)] [frendz] ,

Speaking	cheerfully	to	those	we	meet	,	giving	a	kind	word	to	our	friends	,
请讲	愉快地	到	那些	我们	见面	,	给予	一个	种类	单词	到	我们的	朋友们	,

热情地与遇到的人交谈，对朋友说句暖心的话，

[ænd; ənd] ['lʊkɪŋ] ['plez(ə)nt] [ɑː(r); ə(r)] [gʊd] ['hæbɪts] [wɪtʃ] ['evrɪ] [wʌn] [ɔːt] [tuː; tə] [fɔːm] [ɪn] [juːθ] .

and	looking	pleasant	are	good	habits	which	every	one	ought	to	form	in	youth	.
和	寻找	令人愉快的	是	好的	习惯	哪个	每一个	一	应该	到	形式	在	青年	.

保持良好的仪容仪表是每个人在年轻时都应该养成的好习惯。

[ðeɪ] [nɒt] ['əʊnli] [meɪk] [ðə; ði] [maɪnd] ['betə(r)] ,

They	not	only	make	the	mind	better	,
他们	不是	仅有的	制作	这	头脑	更好的	,

它们不仅能提升思维能力，

[bʌt; bət] [ðeɪ] [help] [ðə; ði] ['bɒdi] [tuː; tə] [kiːp] [wel] [ænd; ənd] [wɪl] [prɪ'peə(r)] [ðə; ði] [weɪ] [fɔː(r); fə(r)] [sək'ses]

but	they	help	the	body	to	keep	well	and	will	prepare	the	way	for	success
但	他们	帮助	这	身体	到	保持	出色地	和	将要	准备	这	方式	为了	成功

[ɪn] [laɪf] ['leɪtə(r)] .

in	life	later	.
在	生活	之后	.

但它们有助于保持身体健康，并为日后的成功做好准备。

['nəʊbədi] ['wɒnts] [ə; eɪ] ['grʌmblɪŋ] [klɑːk] [ɔː(r)] [ə; eɪ] ['saʊə(r)] - [feɪst] ['haʊskiːpə(r)] .

Nobody	wants	a	grumbling	clerk	or	a	sour	-	faced	housekeeper	.
无人	想要	一个	抱怨	职员	或者	一个	酸的	-	面对	管家	.

谁都不喜欢爱抱怨的职员或板着脸的管家。

[fɪg] . - — [ðə; ði] ['dɪfrəns] [ɪn] [ə'pɪərəns] [bɪ'twiːn] [ə; eɪ] ['paʊtɪŋ] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['plez(ə)nt]

Fig	.	88	—	The	difference	in	appearance	between	a	pouting	and	a	pleasant
如图	.	-	—	这	不同之处	在	外貌	之间	一个	撅嘴	和	一个	令人愉快的

[ɪk'spreʃ(ə)n] .

expression	.
表达	.

图 88 —撅嘴和愉悦表情在外观上的区别。

[pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [wɜːk] [wɪ'ðaʊt] ['ɔːdərs] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [breɪn] . — [ə; eɪ] [sneɪk] [wɪð] [ɪts]

Parts	of	the	Body	work	without	Orders	from	the	Brain	.	—	A	snake	with	its
部分	的	这	身体	工作	没有	订单	从	这	脑	.	—	一个	蛇	和	它是

[breɪn] [krʌʃt] [wɪl] [stɪl] [skwɜːm] [ænd; ənd] [ə; eɪ] ['tʃɪkɪn] [wɪð] [ɪts] [hed] [kʌt] [ɒf] [dʒʌmps] [ə'baʊt] .

brain	crushed	will	still	squirm	and	a	chicken	with	its	head	cut	off	jumps	about	.
脑	碎	将要	仍然	蠕动	和	一个	鸡	和	它是	头	切	离开	跳跃	关于	.

身体的各个部分无需大脑指令也能运作。——一条脑部被压碎的蛇仍然会扭动，一只被砍掉头的鸡仍然会跳来跳去。

[ðiːz] ['muːvmənts] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːzd] [baɪ] ['ɔːdərs] [sent] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] .

These	movements	are	caused	by	orders	sent	from	the	spinal	cord	.
这些	移动	是	导致	经过	订单	发送	从	这	脊	绳索	.

这些动作是由脊髓发出的指令引起的。

[wen] [ðə; ði] [hænd] [ɔː(r)] [fʊt] [ɪz] ['biːɪŋ] [hɜːt] ,

When	the	hand	or	foot	is	being	hurt	,
什么时候	这	手	或者	脚	是	存在	伤害	,

当手或脚受伤时，

[ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] ['ɔːdərs] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [tuː; tə] [drɔː] [ðə; ði] [lɪm] [ə'weɪ] ['iːv(ə)n] [bɪ'fɔː(r)] [wiː; wi] [fiːl]

the	spinal	cord	orders	the	muscles	to	draw	the	limb	away	even	before	we	feel
这	脊	绳索	订单	这	肌肉	到	画	这	肢	离开	甚至	前	我们	感觉

[ðə; ði] [peɪn] [ɪn] [ðə; ði] [breɪn] .

the	pain	in	the	brain	.
这	疼痛	在	这	脑	.

脊髓甚至在我们大脑感觉到疼痛之前，就已经命令肌肉将肢体拉开。

['meni] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['muːvmənts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] ['ɒf(ə)n] [rɪ'piːtɪd] [meɪ] [biː; bi]

Many	of	the	movements	of	the	body	which	are	often	repeated	may	be
许多	的	这	移动	的	这	身体	哪个	是	经常	重复	可能	是

[daɪ'rɛktɪd] [baɪ] [ðə; ði]

directed	by	the
指导	经过	这

许多经常重复的身体动作可能受到以下因素的引导：

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	155	]
[	页	-	]

[第155页]

['spaɪn(ə)l] [kɔːd] , [waɪl] [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [left] [friː] [tuː; tə] [duː; də] ['ʌðə(r)] [wɜːk] .

spinal	cord	,	while	the	brain	is	left	free	to	do	other	work	.
脊	绳索	,	尽管	这	脑	是	左边	自由的	到	做	其他	工作	.

脊髓被切断，而大脑则可以自由地进行其他工作。

[ðɪs] [ɪz] [waɪ] [ðə; ði] ['spaɪn(ə)l] [kɔːd] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] ['helpɪŋ] ['mænɪdʒə(r)] .

This	is	why	the	spinal	cord	is	called	the	helping	manager	.
这	是	为什么	这	脊	绳索	是	称为	这	帮助	经理	.

这就是为什么脊髓被称为“辅助管理者”。

[ðə; ði] ['ækʃ(ə)n] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [ɪn] [ðə; ði] [wɔːlz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] , [ðə; ði] ['wɜːkɪŋ] [ɒv; əv]

The	action	of	the	muscles	in	the	walls	of	the	blood	vessels	,	the	working	of
这	行动	的	这	肌肉	在	这	墙壁	的	这	血	船只	,	这	在职的	的

[ðə; ði] ['stʌmək] ,

the	stomach	,
这	胃	,

血管壁肌肉的活动，胃的运作，

[ðə; ði] ['lɪvə(r)] , ['pæŋkriəs] , [ænd; ənd] ['ʌðə(r)] [glændz] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] [daɪ'rɛktɪd] [baɪ] [ðə; ði] [breɪn] , [bʌt; bət] [baɪ]

the	liver	,	pancreas	,	and	other	glands	are	not	directed	by	the	brain	,	but	by
这	肝	,	胰腺	,	和	其他	腺体	是	不是	指导	经过	这	脑	,	但	经过

[ðə; ði] [ˌsɪmpə'θetɪk] [nɜːvz] .

the	sympathetic	nerves	.
这	交感神经	神经	.

肝脏、胰腺和其他腺体不是由大脑控制的，而是由交感神经控制的。

[ðiːz] [ɪkˈstend][frɒm; frəm][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [kɔːd] [ɒn]['aɪðə(r)] [saɪd][ɒv; əv][ðə; ði] ['bækbəʊn] [tuː; tə][ɔːl] [pɑːts]

These	**extend**	**from**	**a**	**little**	**cord**	**on**	**either**	**side**	**of**	**the**	**backbone**	**to**	**all**	**parts**
这些	延长	从	一个	小的	绳索	在	任何一个	边	的	这	骨干	到	全部	部分

[ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði]['ɔːrgənz] ,

of	**the**	**body**	**and**	**make**	**the**	**organs**	**,**
的	这	身体	和	制作	这	器官	,

这些神经束从脊柱两侧的细小神经索延伸到身体的各个部位，构成器官。

[sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði] [hɑːt] [ænd; ənd] [swet] [glændz] , [wɪtʃ] [wiː; wi] ['kænɒt] [meɪk] [ə'beɪ] ['aʊə(r)] [wɪl] ,

such	**as**	**the**	**heart**	**and**	**sweat**	**glands**	**,**	**which**	**we**	**cannot**	**make**	**obey**	**our**	**will**	**,**
这样的	作为	这	心	和	汗	腺体	,	哪个	我们	不能	制作	服从	我们的	将要	,

[duː; də][ðeə(r)] [wɜːk] .

do	**their**	**work**	**.**
做	他们的	工作	.

例如心脏和汗腺，我们无法控制它们，让它们按照我们的意志工作。

['ɪndʒəri][tuː; tə][ðə; ði] [nɜːvz] . — [ðə; ði] [nɜːvz] [ɑː(r); ə(r)][səʊ][ɪm'pɔːt(ə)nt][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['welfeə(r)][ɒv; əv]

Injury	**to**	**the**	**Nerves**	**.**	**—**	**The**	**nerves**	**are**	**so**	**important**	**for**	**the**	**welfare**	**of**
受伤	到	这	神经	.	—	这	神经	是	所以	重要的	为了	这	福利	的

[ðə; ði] ['bɒdi] [ðæt] [ɔːl][ðə; ði] [tʃiːf] [wʌnz][ɑː(r); ə(r)] [pleɪst] [diːp] [ɪn][ðə; ði] [fleʃ] ,

the	**body**	**that**	**all**	**the**	**chief**	**ones**	**are**	**placed**	**deep**	**in**	**the**	**flesh**	**,**
这	身体	那	全部	这	首席	一个	是	放置	深的	在	这	肉	,

神经损伤——神经对身体健康至关重要，因此所有主要神经都位于肌肉深处。

[weə(r)] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] ['laɪkli] [tuː; tə][biː; bi] [hɜːt] .

where	**they**	**are**	**not**	**likely**	**to**	**be**	**hurt**	**.**
在哪里	他们	是	不是	可能	到	是	伤害	.

在他们不太可能受伤的地方。

[ɪf] [ðə; ði] [nɜːvz] ['liːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði][ɑːm][wɜː(r); wə(r)][kʌt] , [ˌaɪ 'tiː][kʊd; kəd][nɒt][biː; bi] [muːvd] ,

If	**the**	**nerves**	**leading**	**to**	**the**	**arm**	**were**	**cut**	**,**	**it**	**could**	**not**	**be**	**moved**	**,**
如果	这	神经	领导	到	这	手臂	是	切	,	它	可以	不是	是	已搬	,

如果通往手臂的神经被切断，手臂就无法活动。

[ænd; ənd][wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv][nəʊ] ['fiːlɪŋ] [ɪn][ˌaɪ 'tiː] .

and	**we**	**should**	**have**	**no**	**feeling**	**in**	**it**	**.**
和	我们	应该	有	不	感觉	在	它	.

我们不应该对此抱有任何感情。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第6/8页

[ðə; ði] ['hɜːtɪŋ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] , [ðə; ði]['spaɪn(ə)l] [kɔːd] ,

The	hurting	of	a	part	of	the	brain	,	the	spinal	cord	,
这	受伤	的	一个	部分	的	这	脑	,	这	脊	绳索	,

大脑或脊髓的损伤

[ɔː(r)][ðə; ði] [nɜːvz] [meɪ] [kɔːz] [lɒs] [ɒv; əv] ['fiːlɪŋ] [ɔː(r)] ['məʊʃn] [ɪn][ðə; ði][leg] , [ɑːm] ,

or	the	nerves	may	cause	loss	of	feeling	or	motion	in	the	leg	,	arm	,
或者	这	神经	可能	原因	损失	的	感觉	或者	运动	在	这	腿	,	手臂	,

或者神经可能引起腿部、手臂感觉丧失或运动障碍，

[ɔː(r)]['ʌðə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] .

or	other	part	of	the	body	.
或者	其他	部分	的	这	身体	.

或身体的其他部位。

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [pɑːt] [ðen] [siːm] [ə'sliːp] [ɔː(r)] [ded] [ænd; ənd][ɪz] [sed] [tuː; tə][hæv; həv][pə'ræləsɪs] .

Such	a	part	then	seems	asleep	or	dead	and	is	said	to	have	paralysis	.
这样的	一个	部分	然后	似乎	睡着了	或者	死的	和	是	说	到	有	麻痹	.

这样的部分就像睡着了或死了一样，被称为瘫痪。

['presɪŋ] [ɒn][ə; eɪ] [nɜːv] [prɪ'vents] [ˌaɪ 'tiː][frɒm; frəm] ['æktɪŋ] .

Pressing	on	a	nerve	prevents	it	from	acting	.
紧迫	在	一个	神经	阻止	它	从	表演	.

压迫神经会阻止其发挥功能。

['sɪtɪŋ] [səʊ][æz; əz][tuː; tə] [pres] [ɒn][ðə; ði] [nɜːv] [ɒv; əv][ðə; ði][leg]['ɒf(ə)n] [meɪks] [ðə; ði] [fʊt] [gəʊ][tuː; tə]

Sitting	so	as	to	press	on	the	nerve	of	the	leg	often	makes	the	foot	go	to
坐着	所以	作为	到	按	在	这	神经	的	这	腿	经常	制作	这	脚	去	到

[sliːp] .

sleep	.
睡觉	.

坐姿压迫腿部神经常常会导致脚部麻木。

[ðə; ði] [bɜːstɪŋ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [blʌd] ['ves(ə)l] [ɪn][ðə; ði][breɪn] [meɪ] [let][ə; eɪ] [blʌd] [klɒt] [fɔːm] [ænd; ənd]

The	bursting	of	a	blood	vessel	in	the	brain	may	let	a	blood	clot	form	and
这	爆发	的	一个	血	血管	在	这	脑	可能	让	一个	血	凝块	形式	和

[pres] [ɒn][ðə; ði] [nɜːvz] [wɪtʃ] ['gʌv(ə)n] [ðə; ði] [ɑːm] [ɔː(r)][ðə; ði][leg] .

press	on	the	nerves	which	govern	the	arm	or	the	leg	.
按	在	这	神经	哪个	治理	这	手臂	或者	这	腿	.

脑血管破裂可能导致血栓形成，压迫控制手臂或腿部的神经。

[ðɪs] ['preʃə(r)] [meɪ] [kɔːz] [pə'ræləsɪs] .

This	pressure	may	cause	paralysis	.
这	压力	可能	原因	麻痹	.

这种压力可能会导致瘫痪。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	156	]
[	页	-	]

[第156页]

['restɪŋ] [ðə; ði] [breɪn] . — [wen] [ðeə(r)] [ɪz] [nəʊ] [fuːd] [ɪn] [ðə; ði] ['stʌmək] , [ˌaɪ 'tiː] [hæz; həz] [taɪm] [tuː; tə]

Resting	the	Brain	.	—	When	there	is	no	food	in	the	stomach	,	it	has	time	to
休息	这	脑	.	—	什么时候	那里	是	不	食物	在	这	胃	,	它	有	时间	到

[rest] .

rest	.
休息	.

让大脑休息——当胃里没有食物时，大脑就有时间休息。

[wen] [wiː; wi] [sɪt] [daʊn] [ɔː(r)] [laɪ] [daʊn] , [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [get] [rest] .

When	we	sit	down	or	lie	down	,	the	muscles	get	rest	.
什么时候	我们	坐	向下	或者	说谎	向下	,	这	肌肉	得到	休息	.

当我们坐下或躺下时，肌肉可以得到休息。

[ðə; ði] [breɪn] [ɪz] ['ɔːlweɪz] ['bɪzi] [ɪk'sept] [wen] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [ə'sliːp] .

The	brain	is	always	busy	except	when	we	are	asleep	.
这	脑	是	总是	忙碌的	除了	什么时候	我们	是	睡着了	.

除了睡觉的时候，大脑总是处于活跃状态。

[nəʊ] [wʌn] [kæn; kən] [lɪv; laɪv] ['iːv(ə)n] [ə; eɪ] [wiːk] [wɪ'ðaʊt] [sliːp] .

No	one	can	live	even	a	week	without	sleep	.
不	一	能	居住	甚至	一个	星期	没有	睡觉	.

没有人能一周不睡觉。

[ɪf] [ə; eɪ] [dɒg] [ɪz] [kept] [ə'weɪk] [faɪv] [deɪz] , [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [daɪ] .

If	a	dog	is	kept	awake	five	days	,	it	will	die	.
如果	一个	狗	是	保留	醒	五	天	,	它	将要	死	.

如果一只狗连续五天没睡觉，它就会死。

[fɪg] . - — ['sliːpɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [pə'zɪʃ(ə)n] [ʃəʊn] [ɪn] [ðə; ði] ['ləʊə(r)] ['fɪgə(r)] [prɪ'vents] [friː] ['briːðɪŋ]

Fig	.	89	—	Sleeping	in	the	position	shown	in	the	lower	figure	prevents	free	breathing
如图	.	-	—	睡眠	在	这	位置	所示	在	这	降低	数字	阻止	自由的	呼吸

[ænd; ənd] [tend] [tuː; tə] [kɔːz] [raʊnd] ['ʃəʊldəz] .

and	tends	to	cause	round	shoulders	.
和	倾向于	到	原因	圆形的	肩膀	.

图 89 — 下图所示的睡姿会妨碍自由呼吸，并容易导致圆肩。

[ðə; ði] ['ʌpə(r)] ['fɪgə(r)] [ʃəʊz] [kə'rekt] [pə'zɪʃ(ə)n] .

The	upper	figure	shows	correct	position	.
这	上	数字	演出	正确的	位置	.

上图显示的是正确的位置。

['tʃɪldrən] [niːd] [mʌtʃ] [mɔː(r)] [sliːp] [ðæn; ðən] ['əʊldə] [p'ɜːsənz] .

Children	need	much	more	sleep	than	older	persons	.
孩子们	需要	很多	更多的	睡觉	比	老	人	.

儿童比老年人需要更多的睡眠。

[men] [ænd; ənd] ['wɪmɪn] [huː] [wɜːk] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv] [ə'baʊt] [eɪt] ['aʊəz] [ɒv; əv] [sliːp] ['deɪli] [tuː; tə]

Men	and	women	who	work	should	have	about	eight	hours	of	sleep	daily	to
男人	和	女性	WHO	工作	应该	有	关于	八	小时	的	睡觉	日常的	到

[rɪ'meɪn] [ɪn] [gʊd] [helθ] .

remain	in	good	health	.
保持	在	好的	健康	.

为了保持健康，上班族每天应该睡足八小时。

['tʃɪldrən] [ɒv; əv] [twelv] [j'iəz] [ʃʊd; ʃəd] [sliːp] [naɪn] ['aʊəz] [iːtʃ] [deɪ] ; [ðəʊz] [ɒv; əv] [ten] [j'iəz] , [ten] ['aʊəz] ;

Children	of	twelve	years	should	sleep	nine	hours	each	day	;	those	of	ten	years	,	ten	hours	;
孩子们	的	十二	年	应该	睡觉	九	小时	每个	天	;	那些	的	十	年	,	十	小时	;

十二岁的孩子每天应该睡九个小时；十岁的孩子每天应该睡十个小时；

[ðəʊz] [ɒv; əv]['sev(ə)n] [j'iəz] , [ɪ'lev(ə)n] ['aʊəz] ; [ænd; ənd] [ðəʊz] [ɒv; əv][fɔː(r)] [j'iəz] , [twelv] ['aʊəz] .

those **of** **seven** **years** **,** **eleven** **hours** **;** **and** **those** **of** **four** **years** **,** **twelve** **hours** **.**

那些 的 七 年 , 十一 小时 ; 和 那些 的 四 年 , 十二 小时 .

七年级学生，11 小时；四年级学生，12 小时。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[**Pg** **157** **]**

[页 -]

[第157页]

['getɪŋ] [ðə; ði][məʊst][aʊt][ɒv; əv] [sliːp] . — [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][gəʊ][tuː; tə][bed] ['evri] [naɪt] [æt; ət][ə'baʊt]

Getting **the** **most** **out** **of** **Sleep** **.** **—** **You** **should** **go** **to** **bed** **every** **night** **at** **about**

获得 这 最多 出去 的 睡觉 . — 你 应该 去 到 床 每一个 夜晚 在 关于

[ðə; ði] [seɪm] ['aʊə(r)] .

the **same** **hour** **.**

这 相同的 小时 .

如何获得最佳睡眠质量——你应该每晚在同一时间上床睡觉。

[ðɪs] [wɪl] [help] [juː; jʊ][tuː; tə][fɔːl] [ə'sliːp] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][ɪn][bed] .

This **will** **help** **you** **to** **fall** **asleep** **as** **soon** **as** **you** **are** **in** **bed** **.**

这 将要 帮助 你 到 落下 睡着了 作为 很快 作为 你 是 在 床 .

这样可以帮助你一躺到床上就能很快入睡。

[duː; də][nɒt] [sliːp] [ɪn][ðə; ði] [kləʊðz] [wɪtʃ] [juː; jʊ][hæv; həv] [wɔːn] ['djʊərɪŋ][ðə; ði] [deɪ] ,

Do **not** **sleep** **in** **the** **clothes** **which** **you** **have** **worn** **during** **the** **day** **,**

做 不是 睡觉 在 这 衣服 哪个 你 有 磨损 期间 这 天 ,

不要穿着白天穿的衣服睡觉。

[bʌt; bət] [hæŋ] [ðem; ðəm][ʌp][tuː; tə][eə(r)] , [ænd; ənd][pʊt][ɒn][ə; eɪ] [naɪt] [rəʊb] .

but **hang** **them** **up** **to** **air** **,** **and** **put** **on** **a** **night** **robe** **.**

但 悬挂 他们 向上 到 空气 , 和 放 在 一个 夜晚 长袍 .

但要把它们挂起来晾晒，然后穿上睡袍。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [juːz][ə; eɪ] ['veri] [ləʊ] ['pɪləʊ] , [səʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['bɒdi] [kæn; kən][laɪ] [streɪt] [ɪn][ðə; ði]

Children **should** **use** **a** **very** **low** **pillow** **,** **so** **that** **the** **body** **can** **lie** **straight** **in** **the**

孩子们 应该 使用 一个 非常 低的 枕头 , 所以 那 这 身体 能 说谎 直的 在 这

[bed] .

bed **.**

床 .

儿童应该使用很低的枕头，这样身体才能在床上保持笔直。

[ðɪs] [gɪvz] [ðə; ði] [lʌŋz] [ænd; ənd] [hɑːt] ['friːdəm] [tuː; tə][ækt] .

This **gives** **the** **lungs** **and** **heart** **freedom** **to** **act** **.**

这 给予 这 肺 和 心 自由 到 行为 .

这样一来，肺和心脏就能自由活动。

[duː; də][nɒt][laɪ][ɒn][ðə; ði] [bæk] [æz; əz] [ðɪs] ['kɔːzɪz] [sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði]['ɔːrgənz][tuː; tə] [pres] [ɒn]

Do **not** **lie** **on** **the** **back** **as** **this** **causes** **some** **of** **the** **organs** **to** **press** **on**

做 不是 说谎 在 这 后退 作为 这 原因 一些 的 这 器官 到 按 在

['sɜːt(ə)n] [nɜːvz] [ænd; ənd] [meɪks] [juː; jʊ] [driːm] .

certain **nerves** **and** **makes** **you** **dream** **.**

肯定 神经 和 制作 你 梦 .

不要仰卧，因为这样会导致某些器官压迫某些神经，从而引起梦境。

[ðə; ði] ['wɪndəʊz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['əʊpənd] [waɪd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [freʃ] [eə(r)][ɪz][ðə; ði][best] [eɪd][tuː; tə] [rest]

The **windows** **should** **be** **opened** **wide** **because** **fresh** **air** **is** **the** **best** **aid** **to** **rest**

这 视窗 应该 是 打开 宽的 因为 新鲜的 空气 是 这 最好的 援助 到 休息

[ænd; ənd] [helθ] [ænd; ənd] [kiːps] [ə'weɪ] [tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] .

and **health** **and** **keeps** **away** **tuberculosis** **.**

和 健康 和 保持 离开 结核 .

窗户应该大开，因为新鲜空气对休息和健康最有益，还能预防肺结核。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	**QUESTIONS1**	**.**
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wɒt] [meɪks] [ðə; ði] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [wɜːk] [tə'geðə(r)] ? [ˌtuː'tuː] .

What	**makes**	**the**	**parts**	**of**	**the**	**body**	**work**	**together**	**?**	**2**	**.**
什么	制作	这	部分	的	这	身体	工作	一起	?	2	.

是什么让身体各部分协同运作？2.

[dɪ'skraɪb] [ðə; ði] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] . [θriː] .

Describe	**the**	**surface**	**of**	**the**	**brain**	**.**	**3**	**.**
描述	这	表面	的	这	脑	.	3	.

描述大脑表面。3.

[neɪm] [ðə; ði] [θriː] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] . [fɔːr] .

Name	**the**	**three**	**parts**	**of**	**the**	**brain**	**.**	**4**	**.**
姓名	这	三	部分	的	这	脑	.	4	.

4. 请说出大脑的三个组成部分。

[ɒv; əv] [wɒt] [ɪz][ðə; ði]['aʊtə(r)]['leɪə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] [meɪd] ? [faɪv] .

Of	**what**	**is**	**the**	**outer**	**layer**	**of**	**the**	**brain**	**made**	**?**	**5**	**.**
的	什么	是	这	外	层	的	这	脑	制成	?	5	.

大脑外层是由什么构成的？5.

[weə(r)] [ɪz][ðə; ði]['spaɪn(ə)l] [kɔːd] ? [sɪks] .

Where	**is**	**the**	**spinal**	**cord**	**?**	**6**	**.**
在哪里	是	这	脊	绳索	?	6	.

脊髓在哪里？6.

[wɒt] [ɑː(r); ə(r)] [nɜːv] ['faɪbərz] ? ['sɛvən] .

What	**are**	**nerve**	**fibers**	**?**	**7**	**.**
什么	是	神经	纤维	?	7	.

什么是神经纤维？7.

[wɒt] [wɜːk] [dʌz] [ðə; ði] [breɪn] [duː; də] ? [eɪt] .

What	**work**	**does**	**the**	**brain**	**do**	**?**	**8**	**.**
什么	工作	做	这	脑	做	?	8	.

大脑主要做什么工作？8.

[wɒt] [meɪks] [ðə; ði][maɪnd] [gʊd] [ɔː(r)][bæd] ? [naɪn] .

What	**makes**	**the**	**mind**	**good**	**or**	**bad**	**?**	**9**	**.**
什么	制作	这	头脑	好的	或者	坏的	?	9	.

是什么决定了人的心智是善还是恶？9.

[wɒt] [ɪz]['hæbɪt] ? - .

What	**is**	**habit**	**?**	**10**	**.**
什么	是	习惯	?	-	.

什么是习惯？10.

[haʊ] [lɒŋ] [ʃʊd; ʃəd] ['tʃɪldrən] [sliːp] ? - .

How	**long**	**should**	**children**	**sleep**	**?**	**11**	**.**
如何	长的	应该	孩子们	睡觉	?	-	.

孩子应该睡多久？11.

[haʊ] [kæn; kən][juː; jʊ][get][ðə; ði][məʊst] [gʊd] [aʊt][ɒv; əv] [sliːp] ?

How	**can**	**you**	**get**	**the**	**most**	**good**	**out**	**of**	**sleep**	**?**
如何	能	你	得到	这	最多	好的	出去	的	睡觉	?

如何才能最大程度地利用睡眠?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**158**	**]**
[	页	-	]

['tʃæptə(r)] [ˌɛks'ɛks'aɪ]

CHAPTER	XXI
章	二十一

第二十一章

[haʊ] [nɑːr'kɑːtɪks] [ænd; ənd] ['stɪmjələnts] [ə'fekt] [ðə; ði]

HOW	NARCOTICS	AND	STIMULANTS	AFFECT	THE
如何	毒品	和	兴奋剂	影响	这

麻醉剂和兴奋剂如何影响

[breɪn] [ænd; ənd] [nɜːvz]

BRAIN	AND	NERVES
脑	和	神经

大脑和神经

[wɒt] [nɑːr'kɑːtɪks][ænd; ənd] ['stɪmjələnts] [ɑː(r); ə(r)] . — [ə; eɪ] [nɑː'kɒtɪk] [ɪz] ['sʌmθɪŋ] [wɪtʃ] [wen] ['teɪkən]

What	Narcotics	and	Stimulants	Are	.	—	A	narcotic	is	something	which	when	taken
什么	毒品	和	兴奋剂	是	.	—	一个	麻醉剂	是	某物	哪个	什么时候	已采取

['ɪntuː][ðə; ði] ['bɒdi] [meɪks] [ðə; ði]['ɔːrgənz][duː; də][ðeə(r)] [wɜːk] [mɔː(r)] ['sləʊli] [ænd; ənd] [tend] [tuː; tə] [kɔːz]

into	the	body	makes	the	organs	do	their	work	more	slowly	and	tends	to	cause
进入	这	身体	制作	这	器官	做	他们的	工作	更多的	缓慢地	和	倾向于	到	原因

['sliːpinəs] .

sleepiness	.
困倦	.

什么是麻醉剂和兴奋剂？——麻醉剂是指进入人体后，使器官运转速度减慢并导致困倦的物质。

[ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] , [tə'bækəʊ] , ['əʊpiəm] , ['suːðɪŋ] ['sɪrəp] , [ænd; ənd] [peɪn] ['kɪləz] [ɑː(r); ə(r)][nɑːr'kɑːtɪks] .

Alcoholic	drinks	,	tobacco	,	opium	,	soothing	sirups	,	and	pain	killers	are	narcotics	.
酗酒者	饮料	,	烟草	,	鸦片	,	舒缓	糖浆	,	和	疼痛	杀手	是	毒品	.

酒精饮料、烟草、鸦片、镇静糖浆和止痛药都是麻醉品。

[ə; eɪ] ['stɪmjələnt] [ɪz][ə; eɪ] ['sʌbstəns] [wɪtʃ] [meɪks] [ðə; ði]['ɔːrgənz][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [duː; də][mɔː(r)]

A	stimulant	is	a	substance	which	makes	the	organs	of	the	body	do	more
一个	兴奋剂	是	一个	物质	哪个	制作	这	器官	的	这	身体	做	更多的

[ænd; ənd] ['kwɪkə(r)] [wɜːk] [ænd; ənd] [dʌz] [nɒt] ['leɪtə(r)] [meɪk] [ðə; ði]['ɔːrgənz] [wɜːk] [mɔː(r)] ['sləʊli] .

and	quicker	work	and	does	not	later	make	the	organs	work	more	slowly	.
和	更快	工作	和	做	不是	之后	制作	这	器官	工作	更多的	缓慢地	.

兴奋剂是一种能使身体器官工作更多、更快，并且不会使器官工作速度减慢的物质。

['kɒfi] [ænd; ənd] [tiː] [ɑː(r); ə(r)] ['stɪmjələnts] .

Coffee	and	tea	are	stimulants	.
咖啡	和	茶	是	兴奋剂	.

咖啡和茶都是兴奋剂。

[bɪə(r)] , [waɪn] , [ænd; ənd] ['wɪski] [wɜː(r); wə(r)][wʌns] [θɔːt] [tuː; tə][biː; bi] ['stɪmjələnts] ,

Beer	,	wine	,	and	whisky	were	once	thought	to	be	stimulants	,
啤酒	,	葡萄酒	,	和	威士忌酒	是	一次	想法	到	是	兴奋剂	,

啤酒、葡萄酒和威士忌曾被认为是兴奋剂。

[bʌt; bət][ɪk'sperɪm(ə)nts][hæv; həv] [ʃəʊn] [ðem; ðəm][tuː; tə][biː; bi][nɑːr'kɑːtɪks] .

but	experiments	have	shown	them	to	be	narcotics	.
但	实验	有	所示	他们	到	是	毒品	.

但实验表明它们是麻醉剂。

[ðeɪ] [ɜːdʒ] [ðə; ði] [breɪn] [tuː; tə][fɑːstə(r)] [wɜːk] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] ,

They	urge	the	brain	to	faster	work	for	a	few	minutes	,
他们	敦促	这	脑	到	快点	工作	为了	一个	很少	分钟	,

它们会促使大脑在几分钟内加快运转速度。

[bʌt; bət][ə; eɪ][hɑːf]['aʊə(r)]['leɪtə(r)] [ðeɪ] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː][ækt] ['sləʊə] [ðæn; ðən]['juːʒuəl] .

but	a	half	hour	later	they	make	it	act	slower	than	usual	.
但	一个	一半	小时	之后	他们	制作	它	行为	慢点	比	通常	.

但半小时后，它的反应速度却比平时慢了下来。

['ælkəhɒl] [hɜːts] [ðə; ði] [breɪn] . — [wɪ'ðɪn] [faɪv] ['mɪnɪts] ['ɑːftə(r)][ə; eɪ] [drɪŋk] [ɒv; əv][bɪə(r)][ɔː(r)] ['wɪski]

Alcohol	hurts	the	Brain	.	—	Within	five	minutes	after	a	drink	of	beer	or	whisky
酒精	疼痛	这	脑	.	—	之内	五	分钟	后	一个	喝	的	啤酒	或者	威士忌酒

[hæz; həz] [biːn] [swˈbləʊd] ,

has	been	swallowed	,
有	到过	吞咽	,

酒精会损害大脑。——饮用啤酒或威士忌后五分钟内，

[pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði]['ælkəhɒl][hæz; həz] [riːtʃt] [ðə; ði] [blʌd] .

part	of	the	alcohol	has	reached	the	blood	.
部分	的	这	酒精	有	达到	这	血	.

部分酒精已进入血液。

[wɪ'ðɪn] [ˌfɪfˈtiːn] ['mɪnɪts] [mʌtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði]['ælkəhɒl][hæz; həz] [gɒn] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['stʌmək] [də'rektli]

Within	fifteen	minutes	much	of	the	alcohol	has	gone	from	the	stomach	directly
之内	十五	分钟	很多	的	这	酒精	有	已消失	从	这	胃	直接地

['ɪntuː][ðə; ði] [blʌd] .

into	the	blood	.
进入	这	血	.

十五分钟内，大部分酒精就从胃部直接进入了血液。

[ɪn][ə; eɪ] ['mɪnɪt] ['ɑːftə(r)] ['entərɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [ˌaɪ 'tiː] ['riːtʃɪz] [ðə; ði] [breɪn] .

In	a	minute	after	entering	the	blood	vessels	it	reaches	the	brain	.
在	一个	分钟	后	进入	这	血	船只	它	到达	这	脑	.

血液进入血管后，一分钟内即可到达大脑。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	159	]
[	页	-	]

[第159页]

[ɪf] [mʌtʃ] [strɒŋ] [drɪŋk] [ɪz]['teɪkən] ,

If	much	strong	drink	is	taken	,
如果	很多	强的	喝	是	已采取	,

如果喝了大量烈酒，

[ðə; ði] [selz] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] [bɪ'kʌm] [səʊ] [nʌm] [ðæt] [ðeɪ] ['kænɒt] [gɪv] [ðə; ði] [raɪt] ['ɔːdərs]

the	cells	of	the	brain	become	so	numbed	that	they	cannot	give	the	right	orders
这	细胞	的	这	脑	变得	所以	麻木	那	他们	不能	给	这	正确的	订单

[tuː; tə][ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [tuː; tə] [muːv] [ðə; ði] [lɪmz] .

to	the	muscles	to	move	the	limbs	.
到	这	肌肉	到	移动	这	四肢	.

大脑细胞变得麻木，无法向肌肉发出正确的指令来移动四肢。

[ðə; ði]['pɜːs(ə)n] [ðen] ['stægəz] [ə'baʊt] [ænd; ənd][ɪz] [sed] [tuː; tə][biː; bi] [drʌŋk] .

The	person	then	staggers	about	and	is	said	to	be	drunk	.
这	人	然后	踉跄	关于	和	是	说	到	是	醉	.

该人随后步履蹒跚，据说是喝醉了。

[mʌtʃ] ['wɪski] ['teɪkən] [wɪl] [meɪk] [ðə; ði] [nɜːv] [selz] [səʊ] [nʌm] [ðæt] [ə; eɪ][mæn] ['kænɒt] [muːv] ,

Much	whisky	taken	will	make	the	nerve	cells	so	numb	that	a	man	cannot	move	,
很多	威士忌酒	已采取	将要	制作	这	神经	细胞	所以	麻木的	那	一个	男人	不能	移动	,

大量饮用威士忌会使神经细胞麻木，以至于人无法动弹。

[ænd; ənd][hiː; hi] [wɪl] [ðen] [laɪ] [daʊn] [æz; əz] [ɪf] [ɪn][ə; eɪ] [diːp] [sliːp] .

and	he	will	then	lie	down	as	if	in	a	deep	sleep	.
和	他	将要	然后	说谎	向下	作为	如果	在	一个	深的	睡觉	.

然后他会躺下，仿佛睡着了一样。

[ə; eɪ] ['teɪbl̩spu:nfʊl] [ɒv; əv] ['wɪski] [wɪl] [meɪk] [ə; eɪ] [tʃaɪld] [drʌŋk] [ænd; ənd] [twaɪs] [ðæt] [ə'maʊnt] [meɪ]

A	tablespoonful	of	whisky	will	make	a	child	drunk	and	twice	that	amount	may
一个	一汤匙	的	威士忌酒	将要	制作	一个	孩子	醉	和	两次	那	数量	可能

[meɪk] [hɪm] ['veri] [sɪk] .

make	him	very	sick	.
制作	他	非常	生病的	.

一汤匙威士忌就能让孩子喝醉，两倍的量可能会让他病得很重。

[mʌtʃ] [ju:z][ɒv; əv] [strɒŋ] [drɪŋk] ['sʌmtaɪmz] [gɪvz] [tu:; tə][ðə; ði] [breɪn] [ə; eɪ]['terəb(ə)l] [dɪ'zi:z] [kɔ:ld]

Much	use	of	strong	drink	sometimes	gives	to	the	brain	a	terrible	disease	called
很多	使用	的	强的	喝	有时	给予	到	这	脑	一个	糟糕的	疾病	称为

[dɪ'lɪriəm; dɪ'lɪəriəm][dɪ˩lɪriəm 'tri:menz] .

delirium	tremens	.
谵妄	震颤	.

长期大量饮用烈性酒有时会导致大脑患上一种名为震颤性谵妄的可怕疾病。

[ɪn] [ðɪs] ['sɪknəs] [ðə; ði][mæn] [θɪŋks] [hi:; hi] [si:z] [hɔ:nd] ['ænɪmlz] , ['hɪsɪŋ] [sneɪks] ,

In	this	sickness	the	man	thinks	he	sees	horned	animals	,	hissing	snakes	,
在	这	疾病	这	男人	思考	他	看到	有角的	动物	,	嘶嘶声	蛇	,

在这种疾病中，患者会觉得自己看到了长角的动物、发出嘶嘶声的蛇。

[ænd; ənd]['ʌðə(r)] ['kri:tʃəz] [wɪtʃ] [ə'nɔɪ] [hɪm] .

and	other	creatures	which	annoy	him	.
和	其他	生物	哪个	烦人	他	.

以及其他令他感到厌烦的生物。

['ælkəhɒl] ['indʒə] [ðə; ði] ['θɪŋkɪŋ] [pɑ:t][ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] . — [ˌaɪ 'ti:][wɒz; wəz][wʌns] [θɔ:t] [ðæt] [waɪn]

Alcohol	injures	the	Thinking	Part	of	the	Brain	.	—	It	was	once	thought	that	wine
酒精	受伤	这	思维	部分	的	这	脑	.	—	它	曾是	一次	想法	那	葡萄酒

[ɔ:(r)] ['wɪski] [wʊd] [meɪk] [ə; eɪ][mæn] [θɪŋk] ['betə(r)] .

or	whisky	would	make	a	man	think	better	.
或者	威士忌酒	会	制作	一个	男人	思考	更好的	.

酒精会损害大脑的思考部分。——人们一度认为葡萄酒或威士忌能使人思维更敏捷。

[naʊ] [wi:; wi] [nəʊ] [ðæt] ['aɪðə(r)][ɒv; əv] [ði:z] [drɪŋks] [meɪks] [hɪz; ɪz] [θɔ:ts] ['sləʊə] [ænd; ənd]['ɔ:lsəʊ]

Now	we	know	that	either	of	these	drinks	makes	his	thoughts	slower	and	also
现在	我们	知道	那	任何一个	的	这些	饮料	制作	他的	想法	慢点	和	还

['kɔ:zɪz] [hɪm][tu:; tə] [meɪk] [mɪ'steɪks] .

causes	him	to	make	mistakes	.
原因	他	到	制作	错误	.

现在我们知道，这两种饮料都会使他的思维变慢，还会导致他犯错。

[tu:] ['dɑ:ktərz][ɪn] ['jʊərəp] [meɪd] ['meni] [tests] [wɪð] [men][tu:; tə] [lɜ:n] [haʊ] ['ælkəhɒl] [ə'fektɪd] [ðeə(r)]

Two	doctors	in	Europe	made	many	tests	with	men	to	learn	how	alcohol	affected	their
二	医生	在	欧洲	制成	许多	测试	和	男人	到	学习	如何	酒精	做作的	他们的

['θɪŋkɪŋ] .

thinking	.
思维	.

欧洲两位医生对男性进行了大量测试，以了解酒精如何影响他们的思维。

[ðeɪ] [faʊnd] [ðæt] [wen] ['ju:zɪŋ] [waɪn] [ðə; ði] [men] [kʊd; kəd][du:; də] [ə'baʊt] [wʌn] [tenθ] [les] [wɜ:k] [ɪn]

They	found	that	when	using	wine	the	men	could	do	about	one	tenth	less	work	in
他们	成立	那	什么时候	使用	葡萄酒	这	男人	可以	做	关于	一	第十	较少的	工作	在

['ædɪŋ] ['nʌmbəz] [ðæn; ðən] [wen] [ðeɪ] [tʊk] [nəʊ] [strɒŋ] [drɪŋk] .

adding	numbers	than	when	they	took	no	strong	drink	.
添加	数字	比	什么时候	他们	采取	不	强的	喝	.

他们发现，与不喝酒相比，喝酒后，男性在加法运算中能完成的工作量大约减少了十分之一。

[ðiːz] ['dɑːktərz]['ɔːlsəʊ] ['testɪd] [ðə; ði] [ɪ'fekt] [ɒv; əv]['ælkəhɒl][ɒn] ['meməri] [ænd; ənd] [dɪ'skʌvəd] [ðæt]
These doctors also tested the effect of alcohol on memory and discovered that
这些 医生 还 测试 这 影响 的 酒精 在 记忆 和 发现 那
[ðə; ði][juːz][ɒv; əv]['iːv(ə)n] [smɔːl] [k'wɒntɪtɪz] [ɒv; əv] ['lɪkə(r)] [kɔːzd] [ðeə(r)]['pjuːp(ə)lz][tuː; tə] [lɜːn] [ðeə(r)]
the use of even small quantities of liquor caused their pupils to learn their
这 使用 的 甚至 小的 数量 的 酒 导致 他们的 学生 到 学习 他们的
['lesnz] [mɔː(r)] ['sləʊli] .
lessons more slowly .
课程 更多的 缓慢地 .

这些医生还测试了酒精对记忆力的影响，发现即使少量饮酒也会导致学生学习速度变慢。

[wen] [p'ɜːsənz] [hæv; həv]['teɪkən]['əʊnli][ə; eɪ] ['veri] ['lɪt(ə)l] [drɪŋk] ,
When persons have taken only a very little drink ,
什么时候 人 有 已采取 仅有的 一个 非常 小的 喝 ,

当人们只喝了很少一点水时，

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 160]
[页 -]

[第160页]

[ðeɪ] ['ɒf(ə)n] [seɪ] [ænd; ənd][duː; də] ['veri] ['fuːlɪʃ] [θɪŋz] .
they often say and do very foolish things .
他们 经常 说 和 做 非常 愚蠢 事物 .

他们经常说一些很愚蠢的话，做一些很愚蠢的事。

[ðeɪ] ['sʌmtaɪmz] [tel] ['siːkrəts] , [fɔː(r); fə(r)] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] ['spri] [wen] [ðeɪ] [get] ['səʊbə(r)] .
They sometimes tell secrets , for which they are very sorry when they get sober .
他们 有时 告诉 秘密 , 为了 哪个 他们 是 非常 对不起 什么时候 他们 得到 清醒 .

他们有时会说出秘密，清醒后会为此感到非常后悔。

['ɒf(ə)n] [ðeɪ] [bɪ'kʌm] ['æŋgri] [æt; ət][ðə; ði] [liːst] [kɔːz] [ænd; ənd] [straɪk] [ɔː(r)]['iːv(ə)n] [ʃuːt] ['eni] ['pɜːs(ə)n]
Often they become angry at the least cause and strike or even shoot any person
经常 他们 变得 生气的 在 这 至少 原因 和 罢工 或者 甚至 射击 任何 人
[huː] [siːm] [tuː; tə] [spiːk] [ɔː(r)] [wɜːk] [ə'genst] [ðem; ðəm][ɪn] ['eni] [wei] .
who seems to speak or work against them in any way .
WHO 似乎 到 说话 或者 工作 反对 他们 在 任何 方式 .

他们常常因为一点小事就发怒，殴打甚至枪杀任何看起来与他们作对或以任何方式与他们作对的人。

['ælkəhɒl] [meɪks] ['piːp(ə)l] [stiːl] [ænd; ənd] [kɪl] . — [ðə; ði]['ælkəhɒl][ɪn] [strɒŋ] [drɪŋk] , [wen] ['ɒf(ə)n] [juːst]
Alcohol makes People Steal and Kill . — The alcohol in strong drink , when often used
酒精 制作 人们 偷 和 杀 . — 这 酒精 在 强的 喝 , 什么时候 经常 用过的
,
,
,

酒精会使人偷窃杀人。——烈酒中的酒精，在人们经常饮用时，

[ə'pɪəz] [tuː; tə] ['ded(ə)n] [ðæt] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [breɪn] [wɪtʃ] [helps] [ðə; ði][maɪnd] [nəʊ] [raɪt] [frɒm; frəm]
appears to deaden that part of the brain which helps the mind know right from
出现 到 缓和 那 部分 的 这 脑 哪个 帮助 这 头脑 知道 正确的 从
[rɒŋ] .
wrong .
错误的 .

似乎会麻痹大脑中帮助人们分辨是非的部分。

[ɪn] [wʌn] [jɪə(r)] [ðə; ði] [kɔːts] [ɒv; əv] ['sʌfək] ['kaʊnti] [ɪn] [ˌmæsə'tʃuːsɪts] [faʊnd] - ,
In one year the courts of Suffolk County in Massachusetts found 17 ,
在 一 年 这 法院 的 萨福克 县 在 马萨诸塞州 成立 - ,

一年内，马萨诸塞州萨福克县法院发现了 17 起案件。

- [pˈɜːsənz] [ˈgɪlti] [ɒv; əv] [ˈduːɪŋ] [sʌm; səm] [ˈwɪkɪdnəs] [ænd; ənd] [ɪn] [ˈəʊvə(r)] - ,

000	persons	guilty	of	doing	some	wickedness	and	in	over	12	,
-	人	有罪的	的	正在做	一些	邪恶	和	在	超过	-	,

12,000 人犯有某些罪行，

- [ɒv; əv] [ðiːz] [keɪsɪz] [ˈælkəhɒl] [wɒz; wəz] [faʊnd] [tuː; tə] [biː; bi] [ðə; ði] [kɔːz] [ɒv; əv] [ˈduːɪŋ] [ðə; ði] [rɒŋ]

000	of	these	cases	alcohol	was	found	to	be	the	cause	of	doing	the	wrong
-	的	这些	案例	酒精	曾是	成立	到	是	这	原因	的	正在做	这	错误的

[fɔː(r); fə(r)] [wɪtʃ] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [əˈrestɪd] .

for	which	they	were	arrested	.
为了	哪个	他们	是	被捕	.

在这些案件中，有 000 起案件的调查结果显示，饮酒是导致他们犯罪并被逮捕的原因。

[sʌm; səm] [taɪm] [əˈgəʊ] [ðeə(r)] [wɜː(r); wə(r)] [kəˈlektɪd] [ðə; ði] [ˈrekɔːdz] [ɒv; əv] - , - [ˈprɪznər] , [ænd; ənd]

Some	time	ago	there	were	collected	the	records	of	30	,	000	prisoners	,	and
一些	时间	前	那里	是	集	这	记录	的	-	,	-	囚犯	,	和

[əˈmʌŋ] [ðiːz] [ˈəʊvə(r)] - ,

among	these	over	12	,
之中	这些	超过	-	,

前段时间收集了3万名囚犯的档案，其中有超过12,000名囚犯的档案。

- [hæd; həd] [dʌn] [ðeə(r)] [ˈwɪkɪd] [ækts] [waɪl] [ˈælkəhɒl] [wɒz; wəz] [ˈnʌmɪŋ] [ðə; ði] [breɪn] .

000	had	done	their	wicked	acts	while	alcohol	was	numbing	the	brain	.
-	有	完毕	他们的	邪恶	行为	尽管	酒精	曾是	麻木	这	脑	.

000 人在酒精麻痹大脑的时候犯下了罪恶行径。

[ˈleɪtli] [əˈnʌðə(r)] [ˈkeəf(ə)l] [ˈrekɔːd; rɪˈkɔːd] [ɒv; əv] [ˈəʊvə(r)] - , - [ˈprɪznər] [ɪn] [twelv] [ˈdɪfrənt] [steɪts]

Lately	another	careful	record	of	over	13	,	000	prisoners	in	twelve	different	states
最近	其他	小心	记录	的	超过	-	,	-	囚犯	在	十二	不同的	各州

[hæz; həz] [biːn] [ˈstʌdid] .

has	been	studied	.
有	到过	研究	.

最近，另一份对十二个不同州的 13000 多名囚犯的详细记录也得到了研究。

[ɪn] [ˈəʊvə(r)] - [ɒv; əv] [ðiːz] [men] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [strɒŋ] [drɪŋk] [wɒz; wəz] [ðə; ði] [fɜːst] [kɔːz] [ɒv; əv]

In	over	4000	of	these	men	the	use	of	strong	drink	was	the	first	cause	of
在	超过	-	的	这些	男人	这	使用	的	强的	喝	曾是	这	第一的	原因	的

[ðeə(r)] [kraɪmz] .

their	crimes	.
他们的	犯罪	.

在这 4000 多名男性犯罪者中，饮酒是导致他们犯罪的首要原因。

[ˈælkəhɒl] [meɪks] [ðə; ði] [maɪnd] [sɪk] . — [sɪns] [ðə; ði] [maɪnd] [dɪˈpendz] [əˈpɒn] [ˈsɜːt(ə)n] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði]

Alcohol	makes	the	Mind	Sick	.	—	Since	the	mind	depends	upon	certain	parts	of	the
酒精	制作	这	头脑	生病的	.	—	自从	这	头脑	取决于	之上	肯定	部分	的	这

[breɪn] ,

brain	,
脑	,

酒精会使大脑受损。——由于大脑依赖于大脑的某些部分，

[wɒtˈevə(r)] [həːts] [ðə; ði] [breɪn] [ɪz] [kwaɪt] [ʃʊə(r)] [tuː; tə] [hɜːt] [ðə; ði] [maɪnd] .

whatever	hurts	the	brain	is	quite	sure	to	hurt	the	mind	.
任何	疼痛	这	脑	是	相当	当然	到	伤害	这	头脑	.

任何伤害大脑的东西，都必然会伤害心灵。

[wen] [ðə; ði] [maɪnd] [ˈkænɒt] [ˈriːz(ə)n] [ˈraɪtli] , [ðə; ði] [ˈpɜːs(ə)n] [ɪz] [sed] [tuː; tə] [biː; bi] [ɪnˈseɪn] .

When	the	mind	cannot	reason	rightly	,	the	person	is	said	to	be	insane	.
什么时候	这	头脑	不能	原因	没错	,	这	人	是	说	到	是	疯狂的	.

当一个人的思维无法正确运作时，就被称为精神错乱。

[ə; eɪ] ['stʌdi] [ɒv; əv] - [ɪn'seɪn] [men] [ɪn] [nju:] [jɔ:k] [steɪt] [ʃəʊd] [ðæt] [ðə; ði] [ju:z] [ɒv; əv] [ˌælkə'hɒlɪk]

A	study	of	2000	insane	men	in	New	York	State	showed	that	the	use	of	alcoholic
一个	学习	的	-	疯狂的	男人	在	新的	约克	状态	显示	那	这	使用	的	酗酒者

[drɪŋk] [wɒz; wəz] [ðə; ði] [kɔ:z] [ɒv; əv] [ðə; ði] [maɪnd] ['sɪknəs] [ɪn] ['əʊvə(r)] -

drink	was	the	cause	of	the	mind	sickness	in	over	500
喝	曾是	这	原因	的	这	头脑	疾病	在	超过	-

纽约州一项针对2000名精神病患者的研究表明，超过500名患者的精神疾病是由饮酒引起的。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	161	]
[	页	-	]

[第161页]

[ɒv; əv] [ðem; ðəm] .

of	them	.
的	他们	.

他们中的。

[ɒv; əv] - [p'ɜ:sənz] [ɪn] [ˌmæsə'tʃu:sɪts] [hu:] [wɜ:(r); wə(r)] [səʊ] [ɪn'seɪn] [ðæt] [ðeɪ] [hæd; həd] [tu:; tə] [bi:; bi]

Of	687	persons	in	Massachusetts	who	were	so	insane	that	they	had	to	be
的	-	人	在	马萨诸塞州	WHO	是	所以	疯狂的	那	他们	有	到	是

[kɛəd] [fɔ:(r); fə(r)] ['deɪli] [baɪ] ['ʌðə(r)z] ,

cared	for	daily	by	others	,
关心	为了	日常的	经过	其他的	,

在马萨诸塞州，有687人精神极度失常，需要他人每日照料。

[mɔ:(r)] [ðæn; ðən] - [ɒv; əv] [ðem; ðəm] [wɜ:(r); wə(r)] [brɔ:t] [tu:; tə] [ðɪs] [sæd] [kən'dɪʃn] [baɪ] ['ælkəhɒl] .

more	than	200	of	them	were	brought	to	this	sad	condition	by	alcohol	.
更多的	比	-	的	他们	是	带来	到	这	伤心	状况	经过	酒精	.

其中200多人因酗酒而落到如此悲惨的境地。

[breɪn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [jʌŋ] ['i:zəli] [ˌəʊvə'kʌm] [baɪ] ['ælkəhɒl] . — [nəʊ] [wʌn] [ik'spekt] [tu:; tə] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ]

Brain	of	the	Young	easily	overcome	by	Alcohol	.	—	No	one	expects	to	become	a
脑	的	这	年轻的	容易地	克服	经过	酒精	.	—	不	一	预期	到	变得	一个

['drʌŋkəd] [ɔ:(r)] [ə; eɪ] ['krɪmɪn(ə)l] [wen] [hi:; hi] [fɜ:st] [bɪ'gɪnz] [tu:; tə] [drɪŋk] .

drunkard	or	a	criminal	when	he	first	begins	to	drink	.
酒鬼	或者	一个	刑事	什么时候	他	第一的	开始	到	喝	.

年轻人的大脑很容易被酒精控制。——没有人会在第一次喝酒时预料到自己会变成酒鬼或罪犯。

[ðə; ði] [kən'tɪnju:d] [ju:z] [ɒv; əv] ['ælkəhɒl] , [haʊ'evə(r)] , [su:n] [nʌm] [ðə; ði] [breɪn] [ænd; ənd] ['wi:kən] [ðə; ði]

The	continued	use	of	alcohol	,	however	,	soon	numbs	the	brain	and	weakens	the
这	持续	使用	的	酒精	,	然而	,	很快	麻木	这	脑	和	减弱	这

[maɪnd] ,

mind	,
头脑	,

然而，持续饮酒很快就会麻痹大脑，削弱思维能力。

[səʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['pɜ:rsənz] [wɪl] ['paʊə(r)] [ɪz] [lɒst] .

so	that	the	person's	will	power	is	lost	.
所以	那	这	人的	将要	力量	是	丢失的	.

这样一来，人的意志力就丧失了。

[hi:; hi] [ɪz] [ðen] [nɒt] ['eɪb(ə)l] [tu:; tə] [kwɪt] ['drɪŋkɪŋ] ['i:v(ə)n] [ðəʊ] [hi:; hi] ['wɒnts] [tu:; tə] [stɒp] .

He	is	then	not	able	to	quit	drinking	even	though	he	wants	to	stop	.
他	是	然后	不是	有能力的	到	辞职	喝	甚至	尽管	他	想要	到	停止	.

即使他想戒酒，也无法戒掉。

[hi:; hi] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ] [sleɪv] [tu:; tə] ['ælkəhɒl] .

He	has	become	a	slave	to	alcohol	.
他	有	变得	一个	奴隶	到	酒精	.

他已经成了酒精的奴隶。

[ðə; ði] [breɪn] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [jʌŋ] ['pɜːs(ə)n] [ɪz] ['ɪndʒəd] [mʌtʃ] [mɔː(r)] ['kwɪkli] [baɪ] ['ælkəhɒl] [ðæn; ðən] [ðæt]

The	brain	of	a	young	person	is	injured	much	more	quickly	by	alcohol	than	that
这	脑	的	一个	年轻的	人	是	受伤	很多	更多的	迅速地	经过	酒精	比	那

[ɒv; əv] [æn; ən] ['əʊldə] ['pɜːs(ə)n] [ænd; ənd] [hiː; hi] [ɪz] [mʌtʃ] [mɔː(r)] ['laɪkli] [tuː; tə] [bɪ'kʌm] [ə; eɪ] [sleɪv] [ðæn; ðən]

of	an	older	person	and	he	is	much	more	likely	to	become	a	slave	than
的	一个	老	人	和	他	是	很多	更多的	可能	到	变得	一个	奴隶	比

[wʌn] [huː] [bɪ'gɪnz] [ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [drɪŋk] [leɪt] [ɪn] [laɪf] .

one	who	begins	the	use	of	drink	late	in	life	.
一	WHO	开始	这	使用	的	喝	晚的	在	生活	.

年轻人的大脑比老年人的大脑更容易受到酒精的损害，而且年轻人比晚年开始饮酒的人更容易沦为奴隶。

['dɒktə(r)] ['læmbət] , [ɒv; əv] [njuː] [jɔːk] , ['stʌdid] [ðə; ði] [keɪsɪz] [ɒv; əv] - [sleɪvz] [tuː; tə] ['ælkəhɒl] .

Doctor	Lambert	,	of	New	York	,	studied	the	cases	of	259	slaves	to	alcohol	.
医生	兰伯特	,	的	新的	约克	,	研究	这	案例	的	-	奴隶	到	酒精	.

来自纽约的兰伯特医生研究了 259 名酗酒成瘾者的案例。

[hiː; hi] ['lɜːnɪd] [ðæt] [fɔː(r)] [bɪ'gæn] [tuː; tə] [drɪŋk] [bɪ'fɔː(r)] [sɪks] [j'iəz] [ɒv; əv] [eɪdʒ] ;

He	learned	that	four	began	to	drink	before	six	years	of	age	;
他	学习	那	四	开始	到	喝	前	六	年	的	年龄	;

他了解到，其中四人不到六岁就开始喝酒；

[ˌθɜː'tiːn] [bɪ'twiːn] [sɪks] [ænd; ənd] [twelv] [j'iəz] [ɒv; əv] [eɪdʒ] ; ['sɪksti] , [bɪ'twiːn] [twelv] [ænd; ənd]

thirteen	between	six	and	twelve	years	of	age	;	sixty	,	between	twelve	and
十三	之间	六	和	十二	年	的	年龄	;	六十	,	之间	十二	和

[ˌsɪks'tiːn] [j'iəz] ;

sixteen	years	;
十六	年	;

十三，年龄在六岁至十二岁之间；六十，年龄在十二岁至十六岁之间；

- [bɪ'twiːn] [ˌsɪks'tiːn] [ænd; ənd] ['twenti] - [wʌn] [j'iəz] ; ['sev(ə)nti] - [wʌn] , [bɪ'twiːn] ['twenti] - [wʌn]

102	between	sixteen	and	twenty	-	one	years	;	seventy	-	one	,	between	twenty	-	one
-	之间	十六	和	二十	-	一	年	;	七十	-	一	,	之间	二十	-	一

[ænd; ənd] ['θɜːti] [j'iəz] ;

and	thirty	years	;
和	三十	年	;

102 年龄在 16 岁至 21 岁之间；71 年龄在 21 岁至 30 岁之间；

[ænd; ənd] ['əʊnli] [eɪt] ['ɑːftə(r)] ['θɜːti] [j'iəz] [ɒv; əv] [eɪdʒ] .

and	only	eight	after	thirty	years	of	age	.
和	仅有的	八	后	三十	年	的	年龄	.

三十岁之后才八岁。

[ðiːz] [fækts] [tiːtʃ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] ['deɪndʒərəs] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [jʌŋ] [tuː; tə] [teɪk] [strɒŋ] [drɪŋk] [æt; ət]

These	facts	teach	that	it	is	dangerous	for	the	young	to	take	strong	drink	at
这些	事实	教	那	它	是	危险的	为了	这	年轻的	到	拿	强的	喝	在

['eni] [taɪm] .

any	time	.
任何	时间	.

这些事实表明，年轻人任何时候饮用烈性酒都是危险的。

[lɔːz] [ə'genst] ['ælkəhɒl] . — [ðə; ði] [men] [huː] [meɪk] [lɔːz] [fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] [gʊd] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['piːp(ə)l]

Laws	against	Alcohol	.	—	The	men	who	make	laws	for	the	good	of	the	people
法律	反对	酒精	.	—	这	男人	WHO	制作	法律	为了	这	好的	的	这	人们

[ɑː(r); ə(r)] ['lɜːnɪŋ] [ðæt] ['ælkəhɒl] [ɪz] ['ɪndʒərɪŋ] [ðə; ði] [maɪnd] [ænd; ənd] ['bɒdi] [ɒv; əv] ['meni] [p'ɜːsənz] ['evri]

are	learning	that	alcohol	is	injuring	the	mind	and	body	of	many	persons	every
是	学习	那	酒精	是	受伤	这	头脑	和	身体	的	许多	人	每一个

禁酒法——那些为人民谋福祉而制定法律的人们逐渐意识到，酒精正在损害许多人的身心健康。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	162	]
[	页	-	]

[jɪə(r)] .
year **.**
年 .

年。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [lɔːz] [hæv; həv] ['leɪtli] [biːn] [pɑːst] [fə'bɪdɪŋ] [ðə; ði] [seɪl] [ɒv; əv] [strɒŋ] [drɪŋk]
For **this** **reason** **laws** **have** **lately** **been** **passed** **forbidding** **the** **sale** **of** **strong** **drink**
为了 这 原因 法律 有 最近 到过 通过了 禁止 这 销售 的 强的 喝
[ɪn] ['sevrəl] [ɪn'taɪə(r)] [steɪts] [ænd; ənd][ɪn] [lɑːdʒ] [pɑːts] [ɒv; əv] ['meni] ['ʌðə(r)] [steɪts] .
in **several** **entire** **states** **and** **in** **large** **parts** **of** **many** **other** **states** **.**
在 一些 全部的 各州 和 在 大的 部分 的 许多 其他 各州 .

因此，最近一些州以及许多其他州的大部分地区都通过了法律，禁止销售烈性酒。

[tə'bækəʊ] [meɪks] [ðə; ði] [breɪn] [wɜːk] ['sləʊə] . — [æn; ən][ɪg,zæmɪ'neɪʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði][eɪdʒ][ænd; ənd]
Tobacco **makes** **the** **Brain** **work** **Slower** **.** **—** **An** **examination** **of** **the** **age** **and**
烟草 制作 这 脑 工作 慢点 . — 一个 考试 的 这 年龄 和
['hæbɪts][ɒv; əv] ['hʌndrədz] [ɒv; əv][ðə; ði] ['stjʊdnts] ['entərɪŋ] [ə; eɪ] [lɑːdʒ] [ˌjuːnɪ'vɜːsəti][ɪn] [njuː] ['ɪŋglənd]
habits **of** **hundreds** **of** **the** **students** **entering** **a** **large** **university** **in** **New** **England**
习惯 的 数百 的 这 学生 进入 一个 大的 大学 在 新的 英格兰
[ʃəʊd] [ðæt] [ðəʊz] [huː] [sməʊkt] [rɪ'kwaɪəd] [mɔː(r)][ðæn; ðən][ə; eɪ][jɪə(r)] [lɒŋgə(r)][ðæn; ðən] [ðəʊz] [huː]
showed **that** **those** **who** **smoked** **required** **more** **than** **a** **year** **longer** **than** **those** **who**
显示 那 那些 WHO 熏制 必需的 更多的 比 一个 年 更长 比 那些 WHO
[dɪd] [nɒt] [juːz] [tə'bækəʊ] ,
did **not** **use** **tobacco** **,**
做过 不是 使用 烟草 ,

烟草会减缓大脑运转速度。——一项对新英格兰一所大型大学数百名新生年龄和习惯的调查显示，吸烟者比不吸烟者需要多一年多的时间才能完成学业。

[tuː; tə] [lɜːn] [ɪ'nʌf] [tuː; tə]['entə(r)][ðə; ði][fɜːst] ['klɑːsɪz] [ɪn] [ðɪs] [skuːl] .
to **learn** **enough** **to** **enter** **the** **first** **classes** **in** **this** **school** **.**
到 学习 足够的 到 进入 这 第一的 课程 在 这 学校 .

学习足够的知识，以便能够进入这所学校的一年级学习。

[mɔːr'əʊvə(r)] ,
Moreover **,**
而且 ,

而且，

[aʊt] [ɒv; əv] ['evri] ['hʌndrəd] [ɒv; əv] [ðəʊz] [huː] [tʊk] [ðə; ði] [haɪɪst] [ræŋk][ɪn][ðeə(r)] [wɜːk] [ɪn][ðə; ði]
out **of** **every** **hundred** **of** **those** **who** **took** **the** **highest** **rank** **in** **their** **work** **in** **the**
出去 的 每一个 百 的 那些 WHO 采取 这 最高 秩 在 他们的 工作 在 这
[ˌjuːnɪ'vɜːsəti] ,
university **,**
大学 ,

在大学里所有取得最高成绩的100人中，

['naɪnti] - [faɪv] [dɪd] [nɒt] [juːz] [tə'bækəʊ] .
ninety **-** **five** **did** **not** **use** **tobacco** **.**
九十 - 五 做过 不是 使用 烟草 .

95人不使用烟草。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['laɪkli] [ðæt] [tə'bækəʊ] [meɪks] [ðə; ði][maɪnd] [wɜːk] ['sləʊə] [baɪ] [prɪ'ventɪŋ] [ðə; ði] [fʊl] [ə'maʊnt]
It **is** **likely** **that** **tobacco** **makes** **the** **mind** **work** **slower** **by** **preventing** **the** **full** **amount**
它 是 可能 那 烟草 制作 这 头脑 工作 慢点 经过 预防 这 满的 数量
[ɒv; əv] [blʌd] [frɒm; frəm] ['gəʊɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [breɪn] .
of **blood** **from** **going** **to** **the** **brain** **.**
的 血 从 去 到 这 脑 .

烟草可能会阻碍大脑获得充足的血液，从而导致思维运转减慢。

[ˌaɪ ˈtiː] [dʌz] [ðɪs] [baɪ] [ˈmeɪkɪŋ] [ðə; ði] [blʌd] [ˈves(ə)lz] [smɔːlə(r)] .

It	does	this	by	making	the	blood	vessels	smaller	.
它	做	这	经过	制作	这	血	船只	较小的	.

它的作用原理是使血管收缩。

[səʊ][fɑː(r)][æz; əz] [nəʊn] [təˈbækəʊ][hæz; həz][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [ɪˈfekt] [əˈpɒn][ðə; ði] [breɪnz] [ɒv; əv]['əʊldə] [pˈɜːsənz] .

So	far	as	known	tobacco	has	but	little	effect	upon	the	brains	of	older	persons	.
所以	远的	作为	已知	烟草	有	但	小的	影响	之上	这	大脑	的	老	人	.

就目前所知，烟草对老年人的大脑影响甚微。

[ˌsuːpərɪnˈtendənt] [ɒg] [ɒv; əv][ˌɪndiˈænə] [rɪˈpɔːts] [ðæt] [ðə; ði] [əˈkeɪʒən(ə)l] ['juːzəz][ɒv; əv] ['sɪgəret] [ɑː(r); ə(r)] [ə; eɪ] [jɪə(r)] ,

Superintendent	Ogg	of	Indiana	reports	that	the	occasional	users	of	cigarettes	are	a	year	,
校长	奥格	的	印第安纳州	报告	那	这	偶然	用户	的	香烟	是	一个	年	,

印第安纳州警长奥格报告称，偶尔吸烟者占全年人口的100%。

[ænd; ənd][ðə; ði]['regjələ(r)]['juːzəz] [tuː] [jˈiəz] , [bɪˈhaɪnd] [ðəʊz] [huː] [duː; də][nɒt] [sməʊk] .

and	the	regular	users	two	years	,	behind	those	who	do	not	smoke	.
和	这	常规的	用户	二	年	,	在后面	那些	WHO	做	不是	抽烟	.

经常吸烟的人比不吸烟的人晚两年。

[ðə; ði] [kənˈdʌkt] [ænd; ənd] ['ɒnəsti] [ɒv; əv][ðə; ði] ['sməʊkəz] [wɜː(r); wə(r)]['ɔːlsəʊ] [faʊnd] [tuː; tə][biː; bi]['ləʊə(r)] [ðæn; ðən] [əˈmʌŋ] [ðəʊz] [huː] [dɪd][nɒt] [sməʊk] .

The	conduct	and	honesty	of	the	smokers	were	also	found	to	be	lower	than	among	those	who	did	not	smoke	.
这	执行	和	诚实	的	这	吸烟者	是	还	成立	到	是	降低	比	之中	那些	WHO	做过	不是	抽烟	.

研究还发现，吸烟者的行为举止和诚实度低于不吸烟者。

['əʊpiəm] , ['mɔːfiːn] , [ænd; ənd] [kəʊˈkeɪn] . — [ɔːl] [ɒv; əv] [ðiːz] ['hɑːmf(ə)l] [drʌgz] [ɑː(r); ə(r)] ['waɪdli] [juːst] [ɪn]['aʊə(r)] ['kʌntri] .

Opium	,	Morphine	,	and	Cocaine	.	—	All	of	these	harmful	drugs	are	widely	used	in	our	country	.
鸦片	,	吗啡	,	和	可卡因	.	—	全部	的	这些	有害	药物	是	广泛	用过的	在	我们的	国家	.

鸦片、吗啡和可卡因——这些有害毒品在我国都被广泛使用。

[ðeɪ] [ækt][ɒn][ðə; ði] [breɪn] [ɪn][ə; eɪ] [streɪndʒ] [weɪ] .

They	act	on	the	brain	in	a	strange	way	.
他们	行为	在	这	脑	在	一个	奇怪的	方式	.

它们对大脑的作用方式很奇特。

[ɔːl] [ɒv; əv][ðem; ðəm] ['ded(ə)n] [peɪn] .

All	of	them	deaden	pain	.
全部	的	他们	缓和	疼痛	.

它们都能麻痹疼痛。

[wen] [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] [fɜːst] [bɪˈgɪnz] [ðeə(r)] [juːz] ,

When	a	person	first	begins	their	use	,
什么时候	一个	人	第一的	开始	他们的	使用	,

当一个人第一次开始使用时，

['əʊnli][ə; eɪ] [smɔːl] [əˈmaʊnt] [ɪz] [rɪˈkwaɪəd] [tuː; tə] [prəˈdjuːs] [ðə; ði] [ɪˈfekt] ['wɒntɪd]

only	a	small	amount	is	required	to	produce	the	effect	wanted
仅有的	一个	小的	数量	是	必需的	到	生产	这	影响	通缉

只需少量即可产生所需效果。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 163]
[页 -]

[第163页]

[ɒn][ðə; ði] ['bɒdi] .
on the body .
在 这 身体 .

在身上。

['leɪtə(r)][ðə; ði]['dəʊsɪz][mʌst; məst][biː; bi] [ɪn'kriːst] .
Later the doses must be increased .
之后 这 剂量 必须 是 增加 .

之后需要增加剂量。

['ɑːftə(r)][ə; eɪ] [fjuː] [mʌnθs] - [juːz][ðə; ði]['pɜːs(ə)n] [bɪ'kʌmz] [ə; eɪ] [sleɪv] [tuː; tə][ðə; ði]['hæbɪt][ɒv; əv]['juːzɪŋ]
After a few months ' use the person becomes a slave to the habit of using
后 一个 很少 几个月 - 使用 这 人 变成 一个 奴隶 到 这 习惯 的 使用
[ðem; ðəm] ,
them ,
他们 ,

使用几个月后，这个人就会养成依赖使用这些产品的习惯。

[ænd; ənd][hiː; hi] ['kænɒt] [stɒp] [ðeə(r)][juːz] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði] [help] [ɒv; əv][ə; eɪ]['dɒktə(r)] .
and he cannot stop their use without the help of a doctor .
和 他 不能 停止 他们的 使用 没有 这 帮助 的 一个 医生 .

没有医生的帮助，他无法停止使用这些药物。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['ðeəfɔː(r)] ['deɪndʒərəs] [tuː; tə][juːz] [ðiːz] [drʌgz] [æt; ət] ['eni] [taɪm] .
It is therefore dangerous to use these drugs at any time .
它 是 所以 危险的 到 使用 这些 药物 在 任何 时间 .

因此，任何时候使用这些药物都是危险的。

['paʊdər] [juːst] [fɔː(r); fə(r)][k'əʊldz][ɪn][ðə; ði] [nəʊz] , ['ɔːlsəʊ][ˌpærə'gɒrɪk][ænd; ənd] ['lɔːdənəm] , [kən'teɪn]
Powders used for colds in the nose , also paregoric and laudanum , contain
粉末 用过的 为了 感冒 在 这 鼻子 , 还 止痛药 和 鸦片酊 , 包含
[ðiːz] ['hɑːmf(ə)l] [drʌgz] .
these harmful drugs .
这些 有害 药物 .

用于治疗鼻感冒的粉剂，以及复方樟脑和鸦片酊，都含有这些有害药物。

[peɪn] ['kɪləz] [ænd; ənd] ['suːðɪŋ] ['sɪrəp] . — [ɔːl] [peɪn] ['kɪləz] [kən'teɪn] ['əʊpiəm][ɔː(r)] ['mɔːfiːn] [ɔː(r)]
Pain Killers and Soothing Sirups . — All pain killers contain opium or morphine or
疼痛 杀手 和 舒缓 糖浆 . — 全部 疼痛 杀手 包含 鸦片 或者 吗啡 或者
['ʌðə(r)] ['hɑːmf(ə)l] [drʌgz] .
other harmful drugs .
其他 有害 药物 .

止痛药和舒缓糖浆——所有止痛药都含有鸦片、吗啡或其他有害药物。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['ðeəfɔː(r)] ['deɪndʒərəs] [tuː; tə][juːz] .
They are therefore dangerous to use .
他们 是 所以 危险的 到 使用 .

因此，使用它们是危险的。

[peɪn] [ɪz]['juːsf(ə)l][ɪn] ['telɪŋ] [ˌjuː 'es] [ðæt] [sʌm; səm] ['ɔːgən] [ɪz] [aʊt] [ɒv; əv]['ɔːdə(r)][ænd; ənd] [niːdz] [keə(r)] .
Pain is useful in telling us that some organ is out of order and needs care .
疼痛 是 有用 在 讲述 我们 那 一些 器官 是 出去 的 命令 和 需求 关心 .

疼痛有助于告诉我们某个器官出了问题，需要治疗。

['kɪlɪŋ] [ðə; ði] [peɪn] [dʌz] [nɒt] [help] [ðə; ði] [sɪk] ['ɔːgən] ,
Killing the pain does not help the sick organ ,
杀戮 这 疼痛 做 不是 帮助 这 生病的 器官 ,

止痛并不能帮助患病器官。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [let][ðə; ði] ['ɔːgən] [get][səʊ] [sɪk] [æz; əz][tuː; tə] [kɔːz] [deθ] .

and	it	may	let	the	organ	get	so	sick	as	to	cause	death	.
和	它	可能	让	这	器官	得到	所以	生病的	作为	到	原因	死亡	.

而且它可能导致器官严重病变，最终导致死亡。

[wʌn] [juːz][ɒv; əv][ðə; ði] [nɜːvz] [ɪz][tuː; tə] [tel] [ˌjuː 'es] [wen] ['eni] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [hɜːt] [ɔː(r)] [sɪk]

One	use	of	the	nerves	is	to	tell	us	when	any	part	of	the	body	is	hurt	or	sick
一	使用	的	这	神经	是	到	告诉	我们	什么时候	任何	部分	的	这	身体	是	伤害	或者	生病的

. : .

神经的一个用途是告诉我们身体的任何部位何时受伤或生病。

[peɪn] [ɪz] ['neɪtʃərz] ['wɔːnɪŋ] ,

Pain	is	nature's	warning	,
疼痛	是	自然的	警告	,

痛苦是大自然的警告。

[ænd; ənd][tuː; tə] [nʌm] [ðə; ði] [nɜːvz] [wɪtʃ] [tel] [ˌjuː 'es] [ə'baʊt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][æz; əz] ['fuːlɪʃ] [æz; əz][tuː; tə] [kɪl]

and	to	numb	the	nerves	which	tell	us	about	it	is	as	foolish	as	to	kill
和	到	麻木的	这	神经	哪个	告诉	我们	关于	它	是	作为	愚蠢	作为	到	杀

[ə; eɪ]['pɜːs(ə)n][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][hiː; hi] [brɪŋz] [ˌjuː 'es][bæd] [njuːz] .

a	person	because	he	brings	us	bad	news	.
一个	人	因为	他	带来	我们	坏的	消息	.

麻痹那些告诉我们真相的神经，就如同因为某人带来坏消息而杀了他一样愚蠢。

[nəʊ]['medsn; 'medɪsn] [ʃʊd; ʃəd]['evə(r)][biː; bi]['gɪv(ə)n] ['tʃɪldrən] [tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm] [sliːp] [ɔː(r)] [stɒp] [ðeə(r)]

No	medicine	should	ever	be	given	children	to	make	them	sleep	or	stop	their
不	药品	应该	曾经	是	给定	孩子们	到	制作	他们	睡觉	或者	停止	他们的

['kraɪɪŋ] [ɪk'sept] [baɪ][ðə; ði] [əd'vaɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

crying	except	by	the	advice	of	the	physician	.
哭泣	除了	经过	这	建议	的	这	医生	.

未经医生建议，绝不应给儿童服用任何药物来帮助他们入睡或止哭。

['paʊdər] [ænd; ənd] [pɪlz] . — [ɪf] [juː; jʊ] [get] [sɪk] ,

Powders	and	Pills	.	—	If	you	get	sick	,
粉末	和	药片	.	—	如果	你	得到	生病的	,

粉剂和药片——如果你生病了，

[duː; də] [nɒt] [traɪ][tuː; tə][kjʊə(r)] [jɔː'self] [wɪð] [pɪlz] [ɔː(r)] ['paʊdər] [bɔːt] [æt; ət][ðə; ði][stɔː(r)] .

do	not	try	to	cure	yourself	with	pills	or	powders	bought	at	the	store	.
做	不是	尝试	到	治愈	你自己	和	药片	或者	粉末	买	在	这	店铺	.

不要试图用在商店购买的药丸或药粉来治愈自己。

[sʌm; səm][ɒv; əv] [ðiːz] ['medsnz] [kən'teɪn] ['pɔɪznz] [wɪtʃ] [hɜːt] [ðə; ði] [hɑːt] [ɔː(r)]['ʌðə(r)]['ɔːrgənz] .

Some	of	these	medicines	contain	poisons	which	hurt	the	heart	or	other	organs	.
一些	的	这些	药物	包含	毒药	哪个	伤害	这	心	或者	其他	器官	.

这些药物中有些含有毒素，会损害心脏或其他器官。

[ə; eɪ]['nʌmbə(r)][ɒv; əv] [p'ɜːsənz] [hæv; həv] [biːn] [kɪld] [baɪ] ['teɪkɪŋ] [sʌtʃ] ['medsnz] .

A	number	of	persons	have	been	killed	by	taking	such	medicines	.
一个	数字	的	人	有	到过	被杀	经过	采取	这样的	药物	.

服用此类药物已导致多人死亡。

[wen] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [sɪk] , [gəʊ][tuː; tə][ə; eɪ] [gʊd] ['dɒktə(r)] [huː] [ˌʌndə'stændz] [haʊ] [ðə; ði]['ɔːrgənz]

When	you	are	sick	,	go	to	a	good	doctor	who	understands	how	the	organs
什么时候	你	是	生病的	,	去	到	一个	好的	医生	WHO	明白	如何	这	器官

[ʃʊd; ʃəd] [wɜːk] ,

should	work	,
应该	工作	,

生病时，要去看一位了解人体器官正常运作的优秀医生。

[ænd; ənd][hiː; hi] [wɪl] [faɪnd] [wɪtʃ] [wʌn][ɪz][aʊt]

and	he	will	find	which	one	is	out
和	他	将要	寻找	哪个	一	是	出去

他会找出哪个出局了。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	164	]
[	页	-	]

[第164页]

[ɒv; əv]['ɔːdə(r)][ænd; ənd] [tel] [juː; jʊ][ɪg'zæktli] [wɒt] ['medsn; 'medɪsn][juː; jʊ] [niːd] [ænd; ənd] [wɒt] [tuː; tə] [iːt]

of	order	and	tell	you	exactly	what	medicine	you	need	and	what	to	eat
的	命令	和	告诉	你	确切地	什么	药品	你	需要	和	什么	到	吃

[ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə][get] [wel] ['kwɪkli] .

in	order	to	get	well	quickly	.
在	命令	到	得到	出色地	迅速地	.

他会告诉你你需要哪些药物以及应该吃什么才能尽快康复。

[tiː] [ænd; ənd] ['kɒfi] . — [ðiːz] [drɪŋks] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [weɪk] [ʌp][ðə; ði][breɪn][ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː]

Tea	and	Coffee	.	—	These	drinks	usually	wake	up	the	brain	and	make	it
茶	和	咖啡	.	—	这些	饮料	通常	唤醒	向上	这	脑	和	制作	它

[wɜːk] ['betə(r)][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][taɪm] .

work	better	for	a	time	.
工作	更好的	为了	一个	时间	.

茶和咖啡——这些饮料通常能唤醒大脑，使其在一段时间内更好地运转。

[ɪf] [tuː] [mʌtʃ] [ɒv; əv][ðem; ðəm][ɪz] [juːst] ,

If	too	much	of	them	is	used	,
如果	也	很多	的	他们	是	用过的	,

如果使用过量，

[ðeɪ] [meɪ] [ɪk'saɪt] [ðə; ði][breɪn][ɪn] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [weɪ] [æz; əz][tuː; tə] [meɪk] [p'ɜːsənz] ['nɜːvəs] .

they	may	excite	the	brain	in	such	a	way	as	to	make	persons	nervous	.
他们	可能	激发	这	脑	在	这样的	一个	方式	作为	到	制作	人	紧张的	.

它们可能会刺激大脑，使人感到紧张。

[ɪf] ['teɪkən][fɔː(r); fə(r)] ['sʌpə(r)] , [ðeɪ] [meɪ] [prɪ'vent] [sliːp] .

If	taken	for	supper	,	they	may	prevent	sleep	.
如果	已采取	为了	晚餐	,	他们	可能	防止	睡觉	.

如果晚餐服用，可能会影响睡眠。

['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [juːz] ['aɪðə(r)] [tiː] [ɔː(r)] ['kɒfi] .

Children	should	not	use	either	tea	or	coffee	.
孩子们	应该	不是	使用	任何一个	茶	或者	咖啡	.

儿童不应饮用茶或咖啡。

[tiː] ['sʌmtaɪmz] [dɪs'tə:b] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] , [ænd; ənd] ['kɒfi] [meɪ] ['ɪndʒə(r)][bəuθ][ðə; ði] ['stʌmək]

Tea	sometimes	disturbs	digestion	,	and	coffee	may	injure	both	the	stomach
茶	有时	扰乱	消化	,	和	咖啡	可能	损伤	两个都	这	胃

[ænd; ənd][ðə; ði] [hɑːt] .

and	the	heart	.
和	这	心	.

茶有时会扰乱消化，而咖啡可能会损害胃和心脏。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[wɒt] [ɪz][ə; eɪ] [nɑː'kɒtɪk] ?

What	is	a	narcotic	?
什么	是	一个	麻醉剂	?

什么是麻醉品?

[ˌtuːˈtuː] . [neɪm] [sʌm; səm][nɑːrˈkɑːtɪks] . [θriː] .

2	.	Name	some	narcotics	.	3	.
2	.	姓名	一些	毒品	.	3	.

2. 请列举一些麻醉品。3.

[wɒt] [ɪz][ə; eɪ] ['stɪmjələnt] ? [fɔːr] .

What	is	a	stimulant	?	4	.
什么	是	一个	兴奋剂	?	4	.

什么是兴奋剂？4.

[neɪm] [sʌm; səm] ['stɪmjələnts] . [faɪv] .

Name	some	stimulants	.	5	.
姓名	一些	兴奋剂	.	5	.

列举一些兴奋剂。5.

[haʊ] [lɒŋ] [bɪˈfɔː(r)] ['ælkəhɒl]['teɪkən] ['riːtʃɪz] [ðə; ði] [breɪn] ? [sɪks] .

How	long	before	alcohol	taken	reaches	the	brain	?	6	.
如何	长的	前	酒精	已采取	到达	这	脑	?	6	.

酒精需要多长时间才能到达大脑？6.

[wɒt] [ɪˈfekt] [dʌz] [strɒŋ] [drɪŋk] [hæv; həv][ɒn][ðə; ði] [breɪn] ? ['sɛvən] .

What	effect	does	strong	drink	have	on	the	brain	?	7	.
什么	影响	做	强的	喝	有	在	这	脑	?	7	.

烈性酒对大脑有什么影响？7.

[dʌz] ['ælkəhɒl] [help] [ˌjuː 'es] [θɪŋk] ['betə(r)] ? [eit] .

Does	alcohol	help	us	think	better	?	8	.
做	酒精	帮助	我们	思考	更好的	?	8	.

酒精能帮助我们更好地思考吗？8.

[wɒt] [fækts] [ʃəʊ] [ðæt] ['ælkəhɒl] [sendz] [men] [tuː; tə]['prɪz(ə)n] ? [naɪn] .

What	facts	show	that	alcohol	sends	men	to	prison	?	9	.
什么	事实	展示	那	酒精	发送	男人	到	监狱	?	9	.

有哪些事实表明酒精会导致男性入狱？9.

[wɒt] [ʃəʊz] [ðæt] ['ælkəhɒl] [meɪks] [ðə; ði][maɪnd] [sɪk] ? - .

What	shows	that	alcohol	makes	the	mind	sick	?	10	.
什么	演出	那	酒精	制作	这	头脑	生病的	?	-	.

哪些证据表明酒精会使人精神错乱？10.

[waɪ] [ɪz][ˌaɪ 'tiː] ['deɪndʒərəs] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [jʌŋ] [tuː; tə] [teɪk] [strɒŋ] [drɪŋk] ? - .

Why	is	it	dangerous	for	the	young	to	take	strong	drink	?	11	.
为什么	是	它	危险的	为了	这	年轻的	到	拿	强的	喝	?	-	.

为什么年轻人饮用烈性酒很危险？11.

[wɒt] [ʃəʊz] [ðæt] [təˈbækəʊ] [meɪks] [ðə; ði] [breɪn] [wɜːk] ['sləʊə] ? - .

What	shows	that	tobacco	makes	the	brain	work	slower	?	12	.
什么	演出	那	烟草	制作	这	脑	工作	慢点	?	-	.

有什么证据表明吸烟会减缓大脑运转速度？12.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [nɒt] [juːz]['əʊpiəm][ɔː(r)] ['mɔːfiːn] ? - .

Why	should	you	not	use	opium	or	morphine	?	13	.
为什么	应该	你	不是	使用	鸦片	或者	吗啡	?	-	.

为什么不应该使用鸦片或吗啡？13.

[wɒt] [duː; də] [peɪn] ['kɪləz] [kənˈteɪn] ?

What	do	pain	killers	contain	?
什么	做	疼痛	杀手	包含	?

止痛药的成分是什么？

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	165	]
[	页	-	]

['tʃæptə(r)] [ˌɛks'ɛks'aɪ'aɪ]

CHAPTER	XXII
章	二十二

第二十二章

[ðə; ði] ['sensɪz] , [ɔ:(r)] [dɔ:z] [ɒv; əv] ['nɒlɪdʒ]

THE	SENSES	,	OR	DOORS	OF	KNOWLEDGE
这	感官	,	或者	门	的	知识

感官，或知识之门

[ðə; ði] ['ɔ:rgənz] [ɒv; əv] [sens] . — [ɪn] ['ɔ:də(r)] [ðæt] ['aʊə(r)] ['bɒdi] [meɪ] [ki:p] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [weɪ] [ɒv; əv]

The	Organs	of	Sense	.	—	In	order	that	our	body	may	keep	out	of	the	way	of
这	器官	的	感觉	.	—	在	命令	那	我们的	身体	可能	保持	出去	的	这	方式	的

['ʌðə(r)] [p'ɜ:sənz] [ænd; ənd] [faɪnd] [fu:d] [ænd; ənd] [drɪŋk] [ænd; ənd] [du:; də] [ɪts] [wɜ:k] ,

other	persons	and	find	food	and	drink	and	do	its	work	,
其他	人	和	寻找	食物	和	喝	和	做	它是	工作	,

感觉器官——为了使我们的身体能够避开他人，找到食物和水，并完成其工作，

[ðə; ði] [breɪn] [mʌst; məst] [hæv; həv] [sʌm; səm] [weɪ] [ɒv; əv] [rɪ'si:vɪŋ] [nju:z] [ə'baʊt] [wɒt] [ɪz] [nɪə(r)] [ˌju: 'es] ,

the	brain	must	have	some	way	of	receiving	news	about	what	is	near	us	,
这	脑	必须	有	一些	方式	的	接收	消息	关于	什么	是	靠近	我们	,

[haʊ] [ˌaɪ 'ti:] [lʊks] ,

how	it	looks	,
如何	它	看起来	,

大脑必须有某种方式来接收关于我们周围事物的信息，包括它们的样子。

[ænd; ənd] [ɒv; əv] [wɒt] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [meɪd] .

and	of	what	it	is	made	.
和	的	什么	它	是	制成	.

以及它的组成成分。

['speʃ(ə)l] ['ɔ:rgənz] [fɔ:(r); fə(r)] [rɪ'si:vɪŋ] ['nɒlɪdʒ] [ɒv; əv] ['pi:p(ə)l] [ænd; ənd] [θɪŋz] [ə'baʊt] [ˌju: 'es] [ɑ:(r); ə(r)]

Special	organs	for	receiving	knowledge	of	people	and	things	about	us	are
特别的	器官	为了	接收	知识	的	人们	和	事物	关于	我们	是

['skætəd] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] ['sɜ:fɪs] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] .

scattered	over	the	surface	of	the	body	.
疏散	超过	这	表面	的	这	身体	.

我们身体表面散布着一些特殊器官，它们负责接收关于我们周围的人和事的信息。

[ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)] [kɔ:ld] [sens] ['ɔ:rgənz] .

They	are	called	sense	organs	.
他们	是	称为	感觉	器官	.

它们被称为感觉器官。

[ðə; ði] [tʃi:f] [wʌnz] [ɑ:(r); ə(r)] [ðə; ði] [tu:] [aɪz] , [ðə; ði] [tu:] [ɪəz] , [ðə; ði] [nəʊz] ,

The	chief	ones	are	the	two	eyes	,	the	two	ears	,	the	nose	,
这	首席	一个	是	这	二	眼睛	,	这	二	耳朵	,	这	鼻子	,

最主要的三个器官是：两只眼睛、两只耳朵、一个鼻子。

[ænd; ənd] ['meni] ['ɔ:rgənz] [ɒv; əv] [teɪst] [ɪn] [ðə; ði] [maʊθ] ,

and	many	organs	of	taste	in	the	mouth	,
和	许多	器官	的	品尝	在	这	嘴	,

口腔内还有许多味觉器官，

[ænd; ənd] [ðə; ði] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] ['taɪni] ['ɔ:rgənz] [ɒv; əv] ['fi:lɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] [skɪn] .

and	the	thousands	of	tiny	organs	of	feeling	in	the	skin	.
和	这	数千	的	微小的	器官	的	感觉	在	这	皮肤	.

以及皮肤中成千上万个微小的感觉器官。

[ðə; ði] [aɪ] . — [ðə; ði] [aɪ] [kən'sɪsts] [ɒv; əv][ə; eɪ] [gləʊb] [kɔːld] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ænd; ənd] [pɑːts] [wɪtʃ]

The	Eye	.	—	The	eye	consists	of	a	globe	called	the	eyeball	and	parts	which
这	眼睛	.	—	这	眼睛	由	的	一个	地球	称为	这	眼球	和	部分	哪个

[muːv] [ðɪs] [ænd; ənd] [prə'tekt] [ˌaɪ 'tiː][frɒm; frəm]['ɪndʒəri] .

move	this	and	protect	it	from	injury	.
移动	这	和	保护	它	从	受伤	.

眼睛——眼睛由一个称为眼球的球体以及使其运动并保护其免受伤害的部位组成。

[iːtʃ] ['aɪbɔːl] [ɪz] [ə'tætʃt] [æt; ət][ɪts] [bæk] [pɑːt] [tuː; tə][ðə; ði] [lɑːdʒ] [nɜːv] [ɒv; əv] [saɪt] ([fɪg] . -) .

Each	eyeball	is	attached	at	its	back	part	to	the	large	nerve	of	sight	(	Fig	.	90	)	.
每个	眼球	是	随附的	在	它是	后退	部分	到	这	大的	神经	的	视线	(	如图	.	-	)	.

每个眼球的后部都与大的视神经相连（图 90）。

[ðɪs] ['kæriz] ['mesɪdʒɪz] [tuː; tə][ðə; ði][breɪn] , ['telɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [wɒt] [ðə; ði] [aɪ] [siːz] .

This	carries	messages	to	the	brain	,	telling	it	what	the	eye	sees	.
这	携带	消息	到	这	脑	,	讲述	它	什么	这	眼睛	看到	.

它将信息传递给大脑，告诉大脑眼睛看到了什么。

[ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪz] [held] [ɪn][ə; eɪ] ['sɒkɪt] [ɪn][ðə; ði] [frʌnt] [ɒv; əv][ðə; ði] [skʌl] .

The	eyeball	is	held	in	a	socket	in	the	front	of	the	skull	.
这	眼球	是	握住	在	一个	插座	在	这	正面	的	这	颅骨	.

眼球位于颅骨前部的眼窝内。

[ə; eɪ]['leɪə(r)][ɒv; əv][fæt] [laɪnz] [ðə; ði] ['sɒkɪt] [ænd; ənd] [kiːps] [ðə; ði] [aɪ] [frɒm; frəm] ['biːɪŋ] ['ɪndʒəd] [baɪ]

A	layer	of	fat	lines	the	socket	and	keeps	the	eye	from	being	injured	by
一个	层	的	胖的	线条	这	插座	和	保持	这	眼睛	从	存在	受伤	经过

[dʒ'ɑːz] .

jars	.
罐子	.

眼眶内壁有一层脂肪，可以保护眼睛免受玻璃杯等物体的伤害。

[ðə; ði] ['aɪbraʊz] [æt; ət][ðə; ði]['ləʊə(r)] [edʒ] [ɒv; əv][ðə; ði]['fɔːhed; 'fɒrɪd] [prɪ'vent] [ðə; ði] [swet] [frɒm; frəm]

The	eyebrows	at	the	lower	edge	of	the	forehead	prevent	the	sweat	from
这	眉毛	在	这	降低	边缘	的	这	前额	防止	这	汗	从

['rʌnɪŋ] ['ɪntuː][ðə; ði] ['aɪbɔːl] .

running	into	the	eyeball	.
跑步	进入	这	眼球	.

额头下缘的眉毛可以防止汗水流入眼球。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [saɪd] [ɒv; əv][ðə; ði] [feɪs] [kʌt] [ə'weɪ] [tuː; tə] [ʃəʊ] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪn][ɪts] ['sɒkɪt] .

90	—	Side	of	the	face	cut	away	to	show	the	eyeball	in	its	socket	.
-	—	边	的	这	脸	切	离开	到	展示	这	眼球	在	它是	插座	.

90 —脸部侧面切开，露出眼球。

[en][ɪz][ðə; ði] [nɜːv] [ɒv; əv] [saɪt] ; [ðə; ði]['ʌðə(r)] ['lɛtəz] [ʃəʊ] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [wɪtʃ] [muːv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl]

n	is	the	nerve	of	sight	;	the	other	letters	show	the	muscles	which	move	the	eyeball
n	是	这	神经	的	视线	;	这	其他	信件	展示	这	肌肉	哪个	移动	这	眼球

.

:
.

n 是视觉神经；其他字母表示控制眼球运动的肌肉。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	166	]
[	页	-	]

[ðə; ði] ['aɪlɪdz] [kæn; kən] [kləʊz] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] [frʌnt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [tuː; tə] [ʃʌt] [aʊt] [dɜːt] [ɔː(r)]

The	eyelids	can	close	over	the	front	of	the	eyeball	to	shut	out	dirt	or
这	眼睑	能	关闭	超过	这	正面	的	这	眼球	到	关闭	出去	污垢	或者

['eniθɪŋ] [els] ['laɪkli] [tuː; tə] [hɜːt] [ˌaɪ 'tiː] .

anything	else	likely	to	hurt	it	.
任何事物	别的	可能	到	伤害	它	.

眼睑可以闭合覆盖住眼球的前部，以防止灰尘或其他可能伤害眼球的物质进入。

[ðə; ði] [lɪdz] [hæv; həv] ['lɜːnɪd] [tuː; tə] [duː; də] [ðeə(r)] [wɜːk] [səʊ] [wel] [ðæt] [wiː; wi] [duː; də] [nɒt] [niːd] [tuː; tə]

The	lids	have	learned	to	do	their	work	so	well	that	we	do	not	need	to
这	盖子	有	学习	到	做	他们的	工作	所以	出色地	那	我们	做	不是	需要	到

[θɪŋk] [tuː; tə] [kləʊz] [ðem; ðəm] [wen] ['eniθɪŋ] [flaɪz] [tə'wɔːd] [ðə; ði] [aɪ] ,

think	to	close	them	when	anything	flies	toward	the	eye	,
思考	到	关闭	他们	什么时候	任何事物	苍蝇	朝向	这	眼睛	,

眼睑已经学会了如何很好地完成它们的工作，以至于当有东西飞向眼睛时，我们不需要刻意去关上它们。

[fɔː(r); fə(r)] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ʃʌt] [bɪ'fɔː(r)] [wiː; wi] [kæn; kən] [θɪŋk] .

for	they	are	shut	before	we	can	think	.
为了	他们	是	关闭	前	我们	能	思考	.

因为在我们思考之前，它们就已经关闭了。

[ə; eɪ] ['sɔːlti] ['fluːɪd] [kɔːld] [tɪəz] [fləʊz] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [teə(r); tɪə] [glænd] [æt; ət] [ðə; ði] ['ʌpə(r)] [ænd; ənd]

A	salty	fluid	called	tears	flows	from	the	tear	gland	at	the	upper	and
一个	咸	体液	称为	眼泪	流量	从	这	撕	腺	在	这	上	和

['aʊtə(r)] [saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] .

outer	side	of	the	eyeball	.
外	边	的	这	眼球	.

眼泪是一种咸味液体，从眼球上外侧的泪腺流出。

[ðə; ði] [tɪəz] [kiːp] [ðə; ði] [frʌnt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [kliːn] .

The	tears	keep	the	front	of	the	eyeball	clean	.
这	眼泪	保持	这	正面	的	这	眼球	干净的	.

泪液可以保持眼球前部清洁。

[pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] . — [ðə; ði] [ˌaʊt'saɪd] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪz] [ə; eɪ] [tʌf] [waɪt] [kəʊt] [ɪk'sept]

Parts	of	the	Eyeball	.	—	The	outside	of	the	eyeball	is	a	tough	white	coat	except
部分	的	这	眼球	.	—	这	外部	的	这	眼球	是	一个	艰难的	白色的	外套	除了

[ɪn] [frʌnt] ,

in	front	,
在	正面	,

眼球的组成部分——眼球外侧（除前端外）覆盖着一层坚韧的白色外膜。

[weə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [æz; əz] [klɪə(r)] [æz; əz] [glɑːs] .

where	it	is	as	clear	as	glass	.
在哪里	它	是	作为	清除	作为	玻璃	.

那里清澈如玻璃。

[wɪ'ðɪn] [ðə; ði] ['aʊtə(r)] [kəʊt] [ɪz] [ə; eɪ] ['veri] [θɪn] [blæk] ['laɪnɪŋ] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [laɪt] [frɒm; frəm]

Within	the	outer	coat	is	a	very	thin	black	lining	to	keep	the	light	from
之内	这	外	外套	是	一个	非常	薄的	黑色的	衬垫	到	保持	这	光	从

['skætərɪŋ] .

scattering	.
散射	.

外层内衬有一层很薄的黑色衬里，以防止光线散射。

[ɪn] [frʌnt] [ðə; ði] ['laɪnɪŋ] [ɪz] [nɒt] [ə'genst] [ðə; ði] ['aʊtə(r)] [kəʊt] ,

In	front	the	lining	is	not	against	the	outer	coat	,
在	正面	这	衬垫	是	不是	反对	这	外	外套	,

前面衬里没有紧贴外层外套，

[bʌt; bət] [hæŋz] [luːs] [ænd; ənd][hæz; həz][ɪn][ˌaɪ ˈtiː][ə; eɪ] [raʊnd] [həʊl] [kɔːld] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l][tuː; tə][let]

but	hangs	loose	and	has	in	it	a	round	hole	called	the	pupil	to	let
但	悬挂	松动的	和	有	在	它	一个	圆形的	洞	称为	这	瞳孔	到	让

[ðə; ði] [lait] [pɑːs] [θruː] .

the	light	pass	through	.
这	光	经过	通过	.

但它是松弛下垂的，并且有一个称为瞳孔的圆形小孔，可以让光线通过。

[ðə; ði] [pɑːt] [ə'raʊnd] [ðə; ði] [həʊl] [ɪz][ðə; ði]['aɪrɪs] .

The	part	around	the	hole	is	the	iris	.
这	部分	大约	这	洞	是	这	鸢尾花	.

瞳孔周围的部分是虹膜。

[ˌaɪ ˈtiː] [meɪ] [biː; bi] [bluː] , [blæk] , [ɔː(r)] [braʊn] ,

It	may	be	blue	,	black	,	or	brown	,
它	可能	是	蓝色的	,	黑色的	,	或者	棕色的	,

它可能是蓝色、黑色或棕色。

[ænd; ənd][kæn; kən] [skwiːz] [ʌp][səʊ][æz; əz][tuː; tə] [meɪk] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l] ['veri] [smɔːl] [wen] [ðə; ði] [lait] [ɪz]

and	can	squeeze	up	so	as	to	make	the	pupil	very	small	when	the	light	is
和	能	挤	向上	所以	作为	到	制作	这	瞳孔	非常	小的	什么时候	这	光	是

[strɒŋ] .

strong	.
强的	.

当光线强时，瞳孔可以收缩，变得非常小。

[fɪg] . - — [ə; eɪ] [slaɪs] [frɒm; frəm] [bɪ'fɔː(r)] ['bækwəd] [θruː] [ðə; ði] [aɪ] .

Fig	.	91	—	A	slice	from	before	backward	through	the	eye	.
如图	.	-	—	一个	片	从	前	落后	通过	这	眼睛	.

图 91 — 从眼睛前方向后切开。

[ðə; ði][end][ɒv; əv][ðə; ði] [nɜːv] [ɒv; əv] [saɪt] [fɔːmz] [ə; eɪ]['tendə(r)] [pɪŋk] ['kʌvərɪŋ] ['əʊvə(r)][məʊst][ɒv; əv]

The	end	of	the	nerve	of	sight	forms	a	tender	pink	covering	over	most	of
这	结尾	的	这	神经	的	视线	表格	一个	投标	粉色的	覆盖	超过	最多	的

[ðə; ði]['ɪnə(r)] ['sɜːfɪs] [ɒv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] .

the	inner	surface	of	the	eyeball	.
这	内	表面	的	这	眼球	.

视觉神经末端在眼球内表面大部分区域形成一层柔软的粉红色覆盖层。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	167	]
[	页	-	]

[第167页]

[ðə; ði]['kævəti] [wɪ'ðɪn] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪz] [fɪld] [wɪð] [θriː] [klɪə(r)] ['sʌbstənsɪz] .

The	cavity	within	the	eyeball	is	filled	with	three	clear	substances	.
这	空腔	之内	这	眼球	是	已填	和	三	清除	物质	.

眼球内的空腔充满了三种透明物质。

[ðə; ði] [lenz] , [ʃeɪpt] [laɪk] [ə; eɪ] [flæt] [dɔː(r)] [nɒb] , [ɪz] [fɪkst] [dʒʌst][bɪ'haɪnd][ðə; ði]['pjuːp(ə)l] .

The	lens	,	shaped	like	a	flat	door	knob	,	is	fixed	just	behind	the	pupil	.
这	镜片	,	形状	喜欢	一个	平坦的	门	旋钮	,	是	固定的	只是	在后面	这	瞳孔	.

镜片形状像一个扁平的门把手，固定在瞳孔后方。

[ɪn] [frʌnt] [ɒv; əv][ðə; ði] [lenz] [ɪz][ə; eɪ] ['wɔːtəri] ['fluːɪd][ænd; ənd][bɪ'haɪnd][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ][klɪə(r)] ['dʒɛliˌlaɪk] [mæs] .

In	front	of	the	lens	is	a	watery	fluid	and	behind	it	is	a	clear	jellylike	mass	.
在	正面	的	这	镜片	是	一个	水状的	体液	和	在后面	它	是	一个	清除	果冻状	大量的	.

镜头前方是水状液体，镜头后方是透明的胶状物。

[ðə; ði] [juːz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lenz] [ænd; ənd] ['ɔːlsəʊ] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] ['sʌbstəns] [ɪz] [tuː; tə] [bend] [ðə; ði] [reɪz] [ɒv; əv]

The	use	of	the	lens	and	also	the	other	substances	is	to	bend	the	rays	of
这	使用	的	这	镜片	和	还	这	其他	物质	是	到	弯曲	这	射线	的

[lait] [tə'geðə(r)] [səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [wɪl] [miːt] [æt; ət] [wʌn] [pleɪs] .

light	together	so	that	they	will	meet	at	one	place	.
光	一起	所以	那	他们	将要	见面	在	一	地方	.

使用透镜和其他材料的目的是将光线弯曲在一起，使它们汇聚于一点。

[haʊ] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] [ɪz] [muːvd] . — [sɪks] ['mʌs(ə)lz] [fɪkst] [tuː; tə] [ðə; ði] [bəʊnz] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['sɒkɪt]

How	the	Eyeball	is	Moved	.	—	Six	muscles	fixed	to	the	bones	of	the	socket
如何	这	眼球	是	已搬	.	—	六	肌肉	固定的	到	这	骨头	的	这	插座

['həʊldɪŋ] [ðə; ði] [aɪ] [hæv; həv] [ðeə(r)] ['ʌðə(r)] [endz] ['fɑːsənd] [tuː; tə] [ðə; ði] [tʌf] [kəʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['aɪbɔːl]

holding	the	eye	have	their	other	ends	fastened	to	the	tough	coat	of	the	eyeball
保持	这	眼睛	有	他们的	其他	结束	系紧	到	这	艰难的	外套	的	这	眼球

.

:

.

眼球的运动方式——有六块肌肉固定在眼眶的骨头上，它们的另一端固定在眼球坚韧的外膜上。

[wʌn] ['mʌs(ə)l] [tɜːnz] [ðə; ði] [bɔːl] ['ʌpwəd] , [ə'nʌðə(r)] [tɜːnz] [ˌaɪ 'tiː] ['daʊnwəd] ,

One	muscle	turns	the	ball	upward	,	another	turns	it	downward	,
一	肌肉	转弯	这	球	向上	,	其他	转弯	它	向下	,

一块肌肉使球向上转动，另一块肌肉使球向下转动。

[wʌn] [tɜːnz] [ˌaɪ 'tiː] ['ɪnwəd] [ænd; ənd] [ə'nʌðə(r)] [tɜːnz] [ˌaɪ 'tiː] ['aʊtwəd] .

one	turns	it	inward	and	another	turns	it	outward	.
一	转弯	它	向内	和	其他	转弯	它	向外	.

一个把它向内转，另一个把它向外转。

[ɪf] [æn; ən] ['ɪnə(r)] [ɔː(r)] [æn; ən] ['aʊtə(r)] ['mʌs(ə)l] [ɪz] [tuː] [strɒŋ] , [ə; eɪ] ['pɜːs(ə)n] [meɪ] [hæv; həv] [krɒs] [aɪz] .

If	an	inner	or	an	outer	muscle	is	too	strong	,	a	person	may	have	cross	eyes	.
如果	一个	内	或者	一个	外	肌肉	是	也	强的	,	一个	人	可能	有	叉	眼睛	.

如果内眼角或外眼角肌肉力量过强，就可能导致斜视。

['kiːpɪŋ] [ðə; ði] [aɪ] [strɒŋ] . — ['nɪəli] [ɔːl] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] [hæv; həv] ['pɜːfɪkt] [aɪz] .

Keeping	the	Eye	Strong	.	—	Nearly	all	young	children	have	perfect	eyes	.
保持	这	眼睛	强的	.	—	几乎	全部	年轻的	孩子们	有	完美的	眼睛	.

保持眼睛健康——几乎所有幼儿的眼睛都很好。

['ɑːftə(r)] [ə; eɪ] [jɪə(r)] [ɔː(r)] [tuː] [ɪn] [skuːl] [ðə; ði] [aɪz] [ɒv; əv] [sʌm; səm] ['tʃɪldrən] [bɪ'kʌm] [wiːk] .

After	a	year	or	two	in	school	the	eyes	of	some	children	become	weak	.
后	一个	年	或者	二	在	学校	这	眼睛	的	一些	孩子们	变得	虚弱的	.

有些孩子上学一两年后，视力就会变差。

['meni] ['tʃɪldrən] [get] [wiːk] [aɪz] ['ɑːftə(r)] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [ten] [ɔː(r)] [twelv] [j'iəz] [əʊld] .

Many	children	get	weak	eyes	after	they	are	ten	or	twelve	years	old	.
许多	孩子们	得到	虚弱的	眼睛	后	他们	是	十	或者	十二	年	老的	.

许多孩子在十岁或十二岁之后会出现视力下降。

[ðɪs] [ɪz] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [hæv; həv] [nɒt] ['teɪkən] [keə(r)] [ɒv; əv] [ðə; ði] [aɪz] .

This	is	because	they	have	not	taken	care	of	the	eyes	.
这	是	因为	他们	有	不是	已采取	关心	的	这	眼睛	.

这是因为他们没有好好保护眼睛。

[ðə; ði] [aɪz] [ɑː(r); ə(r)] ['ɒf(ə)n] [hɜːt] [baɪ] ['riːdɪŋ] [ə; eɪ] [bʊk] [wɪð]

The	eyes	are	often	hurt	by	reading	a	book	with
这	眼睛	是	经常	伤害	经过	阅读	一个	书	和

长时间用书阅读常常会伤眼睛。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	168	]
[	页	-	]

[faɪn] [prɪnt] , ['riːdɪŋ] [ɪn][ə; eɪ][dɪm] [laɪt] ,

fine	print	,	reading	in	a	dim	light	,
美好的	打印	,	阅读	在	一个	暗淡	光	,

小字印刷，在昏暗的光线下阅读

[ɔː(r)][baɪ] ['liːnɪŋ] ['əʊvə(r)][ðə; ði] [bʊk] [səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [aɪz] [lʊk] ['daʊnwəd] [ɪn'sted] [ɒv; əv] [streɪt]

or	by	leaning	over	the	book	so	that	the	eyes	look	downward	instead	of	straight
或者	经过	倾斜	超过	这	书	所以	那	这	眼睛	看	向下	反而	的	直的

['fɔːwəd] .

forward	.
向前	.

或者身体前倾，让眼睛向下看而不是直视前方。

[æz; əz][ðə; ði] [aɪz] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] [wiːk] ['ɑːftə(r)] ['miːz(ə)lz] [ænd; ənd][məʊst]['ʌðə(r)] [dɪ'ziːzɪz] ,

As	the	eyes	are	very	weak	after	measles	and	most	other	diseases	,
作为	这	眼睛	是	非常	虚弱的	后	麻疹	和	最多	其他	疾病	,

由于麻疹和其他大多数疾病会导致眼睛非常虚弱，

[ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [biː; bi] [juːst] [mʌtʃ] [ʌn'tɪl] [ə; eɪ] [wiːk] [ɔː(r)][mɔː(r)]['ɑːftə(r)] [rɪ'kʌvəri] .

they	should	not	be	used	much	until	a	week	or	more	after	recovery	.
他们	应该	不是	是	用过的	很多	直到	一个	星期	或者	更多的	后	恢复	.

康复后至少一周或更长时间内不应大量使用。

[ɪn] ['riːdɪŋ] [ðə; ði] [bʊk] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [held] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['əʊvə(r)][ə; eɪ] [fʊt] [ɪn] [frʌnt] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃest]

In	reading	the	book	should	be	held	a	little	over	a	foot	in	front	of	the	chest
在	阅读	这	书	应该	是	握住	一个	小的	超过	一个	脚	在	正面	的	这	胸部

[ænd; ənd][juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [sɪt] ['nɪəli] [streɪt] [ænd; ənd] [let] [ðə; ði] [laɪt] [fɔːl] [ɒn][ðə; ði][peɪdʒ][frɒm; frəm]

and	you	should	sit	nearly	straight	and	let	the	light	fall	on	the	page	from
和	你	应该	坐	几乎	直的	和	让	这	光	落下	在	这	页	从

[wʌn] [saɪd] .

one	side	.
一	边	.

阅读时，书本应放在胸前略超过一英尺的位置，坐姿应保持近乎笔直，让光线从一侧照射到书页上。

['nevə(r)] [riːd] [waɪl] ['laɪɪŋ] [daʊn] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː] [streɪnz] [ðə; ði] [aɪz] .

Never	read	while	lying	down	because	it	strains	the	eyes	.
绝不	读	尽管	说谎	向下	因为	它	菌株	这	眼睛	.

千万不要躺着看书，因为这样会损伤眼睛。

[stɒp] ['riːdɪŋ] [æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] [aɪz] [smɑːt] .

Stop	reading	as	soon	as	the	eyes	smart	.
停止	阅读	作为	很快	作为	这	眼睛	聪明的	.

一旦眼睛感到酸痛，就立即停止阅读。

['helpɪŋ] [ðə; ði] [aɪz] [tuː; tə] [siː] . — ['veri] [fjuː] [əʊld] ['piːp(ə)l] [kæn; kən] [siː] [tuː; tə] [riːd] [wɪ'ðaʊt] [ðə; ði]

Helping	the	Eyes	to	See	.	—	Very	few	old	people	can	see	to	read	without	the
帮助	这	眼睛	到	看	.	—	非常	很少	老的	人们	能	看	到	读	没有	这

[help] [ɒv; əv] ['glɑːsɪz] ,

help	of	glasses	,
帮助	的	眼镜	,

帮助眼睛看得更清楚——很少有老年人不用眼镜就能看清书本。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ðə; ði] [lenz] [ɒv; əv][ðə; ði] [aɪ] ['hɑːd(ə)n] [ɪn][əʊld][eɪdʒ] .

because	the	lens	of	the	eye	hardens	in	old	age	.
因为	这	镜片	的	这	眼睛	硬化	在	老的	年龄	.

因为眼球晶状体在老年时会硬化。

[tuː; tə] [siː] [θɪŋz] [nɪə(r)][baɪ] , [ðə; ði] [ʃeɪp] [ɒv; əv][ðə; ði] [lenz] [mʌst; məst][biː; bi] [tʃeɪndʒd] .

To	see	things	near	by	,	the	shape	of	the	lens	must	be	changed	.
到	看	事物	靠近	经过	,	这	形状	的	这	镜片	必须	是	已更改	.

要看清近处的物体，必须改变透镜的形状。

[ɪn][sʌm; səm] ['tʃɪldrən] ,
In some children ,
在 一些 孩子们 ,

有些孩子，

[ðə; ði] [ʃeɪp] [ɒv; əv][ðə; ði] [aɪz] [hæz; həz] [bɪ'kʌm] [səʊ] [tʃeɪndʒd] [baɪ] ['streɪnɪŋ] [ðem; ðəm][tu:; tə] [ri:d]
the shape of the eyes has become so changed by straining them to read
这 形状 的 这 眼睛 有 变得 所以 已更改 经过 紧张 他们 到 读
[faɪn] [prɪnt] [ɔ:(r)] [si:] [θɪŋz] [ɪn][ə; eɪ][dɪm] [laɪt] [ðæt] [ðə; ði] [aɪz] [hɜ:t] ['ɑ:ftə(r)] ['bi:ɪŋ] [ju:st] [fɔ:(r); fə(r)]
fine print or see things in a dim light that the eyes hurt after being used for
美好的 打印 或者 看 事物 在 一个 暗淡 光 那 这 眼睛 伤害 后 存在 用过的 为了
['eni] [kaɪnd][ɒv; əv] [wɜ:k] ,
any kind of work ,
任何 种类 的 工作 ,

由于长时间用眼阅读小字或在昏暗光线下视物，眼睛的形状已经发生了很大的变化，以至于从事任何类型的工作后眼睛都会感到疼痛。

[ænd; ənd][ðə; ði] [hed] [meɪ] ['ɒf(ə)n] [eɪk] [ænd; ənd] [meɪk] [ðə; ði] [həʊl] ['bɒdi] [fi:l] [bæd] .
and the head may often ache and make the whole body feel bad .
和 这 头 可能 经常 疼痛 和 制作 这 所有的 身体 感觉 坏的 .

而且头部经常疼痛，使全身感觉不适。

[sʌtʃ] [aɪz] [ni:d] [help] .
Such eyes need help .
这样的 眼睛 需要 帮助 .

这样的眼睛需要帮助。

[ju:; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] [hæv; həv][ðem; ðəm] [ɪg'zæmɪnd] [baɪ][æn; ən] [aɪ] ['dɒktə(r)] [hu:] [kæn; kən] [fɪt] [ju:; jʊ] [wɪð]
You should have them examined by an eye doctor who can fit you with
你 应该 有 他们 检查 经过 一个 眼睛 医生 WHO 能 合身 你 和
['glɑ:sɪz] [wɪtʃ] [wɪl] [help] [ju:; jʊ] [si:] ['klɪəli] [wɪ'ðaʊt] ['hedeɪk] .
glasses which will help you see clearly without headache .
眼镜 哪个 将要 帮助 你 看 清楚地 没有 头痛 .

你应该去看眼科医生，让他为你配一副眼镜，帮助你看得更清楚，不再头痛。

['ki:pɪŋ] [ðə; ði] [aɪz] [wel] . — ['bɪts][ɒv; əv][dɜ:t]['ɒf(ə)n] [get] [bɪ'ni:θ] [ðə; ði] ['aɪlɪdz] [ænd; ənd] [kɔ:z]
Keeping the Eyes Well . — Bits of dirt often get beneath the eyelids and cause
保持 这 眼睛 出色地 . — 比特 的 污垢 经常 得到 下面 这 眼睑 和 原因
[mʌtʃ] [peɪn] .
much pain .
很多 疼痛 .

保持眼睛健康——灰尘等细小物质经常会进入眼睑下方，引起剧烈疼痛。

[baɪ] ['teɪkɪŋ] [həʊld][ɒv; əv][ðə; ði] ['aɪlæʃɪz] [ðə; ði][lɪd] [meɪ] [bi:; bi] ['pʊld] [aʊt] [frɒm; frəm][ðə; ði] [aɪ]
By taking hold of the eyelashes the lid may be pulled out from the eye
经过 采取 抓住 的 这 睫毛 这 盖 可能 是 拉 出去 从 这 眼睛
[ænd; ənd] ['eni] [dɜ:t] [rɪ'mu:vd] [wɪð] [ðə; ði]['kɔ:nə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] [kli:n] ['hæŋkətʃɪf] [pɑ:st] ['dʒentli]
and any dirt removed with the corner of a clean handkerchief passed gently
和 任何 污垢 已移除 和 这 角落 的 一个 干净的 手帕 通过了 轻轻地
[ə'lɒŋ] [ðə; ði][lɪd] .
along the lid .
沿着 这 盖 .

抓住睫毛，即可将眼睑从眼睛中拉出，然后用干净的手帕一角轻轻擦拭眼睑，清除污垢。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[Pg 169]
[页 -]

[ðə; ði] [aɪz] ['sʌmtaɪmz] [bɪ'kʌm] [sɔː(r)][bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [rʌbd] [wɪð] [sɔɪld] ['fɪŋgəz] [ɒn]

The	eyes	sometimes	become	sore	because	they	are	rubbed	with	soiled	fingers	on
这	眼睛	有时	变得	疮	因为	他们	是	摩擦	和	脏的	手指	在

[wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)][dʒɜːrmz] .

which	are	germs	.
哪个	是	细菌	.

眼睛有时会因为用沾有细菌的脏手指揉搓而感到疼痛。

[ðiːz] [dʒɜːrmz][get][ˌɪn'saɪd][ðə; ði][lɪdz][ænd; ənd] [grəʊ] , [ænd; ənd][ɪn] [ðɪs] [weɪ] ['pɔɪz(ə)n][ðə; ði] [aɪz] .

These	germs	get	inside	the	lids	and	grow	,	and	in	this	way	poison	the	eyes	.
这些	细菌	得到	里面	这	盖子	和	生长	,	和	在	这	方式	毒	这	眼睛	.

这些细菌会进入眼睑内并滋生，从而毒害眼睛。

[ən'les] [keə(r)][ɪz] [juːst] [sɔː(r)] [aɪz] [ɑː(r); ə(r)] ['laɪkli] [tuː; tə] [spred] [frɒm; frəm][wʌn] [tʃaɪld][tuː; tə] [ə'nʌðə(r)] [ɪn]

Unless	care	is	used	sore	eyes	are	likely	to	spread	from	one	child	to	another	in
除非	关心	是	用过的	疮	眼睛	是	可能	到	传播	从	一	孩子	到	其他	在

[ðə; ði] [skuːl] .

the	school	.
这	学校	.

如果不加以注意，眼睛疼痛很可能在学校里从一个孩子传染给另一个孩子。

[ðə; ði] [sɪk] [tʃaɪld] [rʌbz] [ɪts] [aɪz] [ænd; ənd] [ðen] ['hænd(ə)lz][ə; eɪ] [bʊk] [ɔː(r)]['pens(ə)l][ɒn] [wɪtʃ] [ðə; ði]

The	sick	child	rubs	its	eyes	and	then	handles	a	book	or	pencil	on	which	the
这	生病的	孩子	摩擦	它是	眼睛	和	然后	把手	一个	书	或者	铅笔	在	哪个	这

[dʒɜːrmz][ɑː(r); ə(r)] [smɪəd] [baɪ][ðə; ði] ['fɪŋgəz] [wɪtʃ] [tʌtʃt] [ðə; ði] [aɪz] .

germs	are	smeared	by	the	fingers	which	touched	the	eyes	.
细菌	是	涂抹	经过	这	手指	哪个	感动	这	眼睛	.

生病的孩子揉了揉眼睛，然后去拿书或铅笔，书或铅笔上沾满了被他摸过眼睛的手指上的细菌。

[ðə; ði][nekst][tʃaɪld] [pɪks] [ʌp][ðə; ði] [seɪm] [bʊk] ['leɪtə(r)] , [gets][ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒn][ðə; ði] ['fɪŋgəz] ,

The	next	child	picks	up	the	same	book	later	,	gets	the	germs	on	the	fingers	,
这	下一个	孩子	精选	向上	这	相同的	书	之后	,	获得	这	细菌	在	这	手指	,

下一个孩子稍后拿起同一本书，手指上沾染了细菌。

[ænd; ənd] [ðen] [rʌbz] [ðə; ði] [aɪz] .

and	then	rubs	the	eyes	.
和	然后	摩擦	这	眼睛	.

然后揉了揉眼睛。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [juː; jʊ] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)] [rʌb] [ðə; ði] [aɪz] .

For	this	reason	you	should	never	rub	the	eyes	.
为了	这	原因	你	应该	绝不	擦	这	眼睛	.

因此，你绝对不应该揉眼睛。

[ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv][sɔː(r)] [aɪz] , [biː; bi] ['keəf(ə)l] [ðæt] [nəʊ][wʌn] [els] [kætʃɪz] [ðə; ði] ['sɪknəs] [frɒm; frəm]

If	you	have	sore	eyes	,	be	careful	that	no	one	else	catches	the	sickness	from
如果	你	有	疮	眼睛	,	是	小心	那	不	一	别的	捕获物	这	疾病	从

[juː; jʊ] .

you	.
你	.

如果你眼睛不舒服，要注意不要把病传染给别人。

[ðə; ði][ɪə(r)] . — [ðə; ði][ɪə(r)][ɪz] [meɪd] [ɒv; əv] [θriː] [pɑːts] [kɔːld] [ðə; ði]['aʊtə(r)][ɪə(r)] , [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪə(r)]

The	Ear	.	—	The	ear	is	made	of	three	parts	called	the	outer	ear	,	the	middle	ear
这	耳朵	.	—	这	耳朵	是	制成	的	三	部分	称为	这	外	耳朵	,	这	中间	耳朵

[ɔː(r)] ['ɪədrʌm] ,

or	eardrum	,
或者	鼓膜	,

耳朵——耳朵由三部分组成，分别是外耳、中耳（或称耳膜）、

[ænd; ənd][ðə; ði]['ɪnə(r)][ɪə(r)] .

and	the	inner	ear	.
和	这	内	耳朵	.

以及内耳。

[ðə; ði]['aʊtə(r)][ɪə(r)][ɪz] [meɪd] [ɒv; əv][ə; eɪ] [pleɪt] [ɒv; əv] [skɪn] [ænd; ənd] ['grɪsl] [ænd; ənd][ə; eɪ] ['slaɪtli] [bent]

The	outer	ear	is	made	of	a	plate	of	skin	and	gristle	and	a	slightly	bent
这	外	耳朵	是	制成	的	一个	盘子	的	皮肤	和	脆骨	和	一个	轻微地	弯曲

[tjuːb] [ə'baʊt] [wʌn] [ɪntʃ] [lɒŋ] .

tube	about	one	inch	long	.
管子	关于	一	英寸	长的	.

外耳由一块皮肤和软骨组成，还有一根略微弯曲、长约一英寸的管状物。

[æt; ət][ðə; ði]['ɪnə(r)] [end][ɒv; əv] [ðɪs] [tjuːb] [ɪz][ə; eɪ] [θɪn] ['membreɪn] [ɔː(r)] ['drʌmˌhed] .

At	the	inner	end	of	this	tube	is	a	thin	membrane	or	drumhead	.
在	这	内	结尾	的	这	管子	是	一个	薄的	膜	或者	鼓皮	.

该管子的内端是一层薄膜或鼓面。

[bɪ'jɒnd] [ðə; ði] ['drʌmˌhed] [ɪz][ðə; ði]['kævəti][ɒv; əv][ðə; ði]['mɪd(ə)l] [ɪə(r)] [ə'baʊt] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][ə; eɪ] [piː]

Beyond	the	drumhead	is	the	cavity	of	the	middle	ear	about	as	large	as	a	pea
超过	这	鼓皮	是	这	空腔	的	这	中间	耳朵	关于	作为	大的	作为	一个	豌豆

.

:
.

鼓膜后面是中耳腔，大小和豌豆差不多。

[ə; eɪ] [tʃeɪn] [ɒv; əv] [θriː] ['taɪni] [bəʊnz] ['stretʃɪz] [frɒm; frəm][ðə; ði]['aʊtə(r)] ['drʌmˌhed] [ə'krɒs] [ðɪs] ['kævəti]

A	chain	of	three	tiny	bones	stretches	from	the	outer	drumhead	across	this	cavity
一个	链	的	三	微小的	骨头	伸展	从	这	外	鼓皮	穿过	这	空腔

[tuː; tə][ə; eɪ]['taɪni]['ɪnə(r)] ['drʌmˌhed] .

to	a	tiny	inner	drumhead	.
到	一个	微小的	内	鼓皮	.

一条由三块细小骨头组成的链状结构，从外鼓面延伸穿过这个空腔，到达一个很小的内鼓面。

[bɪ'jɒnd] [ðə; ði]['ɪnə(r)] ['drʌmˌhed] [ɪz][ðə; ði]['ɪnə(r)][ɪə(r)] .

Beyond	the	inner	drumhead	is	the	inner	ear	.
超过	这	内	鼓皮	是	这	内	耳朵	.

鼓膜内侧是内耳。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [vjuː] [ɒv; əv][ðə; ði][ɪə(r)][frɒm; frəm][ɪn] [frʌnt] .

92	—	View	of	the	ear	from	in	front	.
-	—	看法	的	这	耳朵	从	在	正面	.

92 —从正面看耳朵。

[θriː] ['lɪt(ə)l] [bəʊnz] [stretʃ] [ə'krɒs] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪə(r)] .

Three	little	bones	stretch	across	the	middle	ear	.
三	小的	骨头	拉紧	穿过	这	中间	耳朵	.

中耳有三块小骨头横跨在耳廓上。

[ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [ɪə(r)][ɪz] [kept] [fʊl] [ɒv; əv][eə(r)][baɪ] [miːnz] [ɒv; əv][ə; eɪ] [tjuːb] ['liːdɪŋ] [frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː][tuː; tə]

The	middle	ear	is	kept	full	of	air	by	means	of	a	tube	leading	from	it	to
这	中间	耳朵	是	保留	满的	的	空气	经过	方法	的	一个	管子	领导	从	它	到

[ðə; ði] [θrəʊt] .

the	throat	.
这	喉	.

中耳通过一根通向咽喉的管道保持充满空气。

[ə; eɪ][kəʊld][ɔː(r)]['ʌðə(r)] ['sɪknəs] [meɪ] [kɔːz] [ðɪs] [tjuːb][tuː; tə] [fɪl] [ʌp][ænd; ənd] [meɪk] [juː; jʊ] [def] .

A	cold	or	other	sickness	may	cause	this	tube	to	fill	up	and	make	you	deaf	.
一个	寒冷的	或者	其他	疾病	可能	原因	这	管子	到	充满	向上	和	制作	你	聋	.

感冒或其他疾病可能会导致这条管道充满液体，从而使你耳聋。

[ðə; ðiː]['ɪnə(r)][ɪə(r)] [kən'sɪsts] [ɒv; əv][ə; eɪ][sæk][ænd; ənd][fɔː(r)] [bent] [tjuːbz] [fɪld] [wɪð] [ə; eɪ] ['wɔːtəri] ['fluːɪd] .

The	inner	ear	consists	of	a	sac	and	four	bent	tubes	filled	with	a	watery	fluid	.
这	内	耳朵	由	的	一个	囊	和	四	弯曲	管子	已填	和	一个	水状的	体液	.

内耳由一个囊状结构和四根弯曲的管道组成，管道内充满水状液体。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ] [sə'raʊndɪd]

They	are	also	surrounded
他们	是	还	包围

他们也被包围了。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	170	]
[	页	-	]

[第170页]

[baɪ] ['wɔːtəri] ['fluːɪd] [kən'teɪnd] [ɪn] ['tʃæn(ə)lz] [ɪn][ə; eɪ] [bəʊn] [ɒv; əv][ðə; ðiː] [skʌl] .

by	watery	fluid	contained	in	channels	in	a	bone	of	the	skull	.
经过	水状的	体液	包含	在	频道	在	一个	骨	的	这	颅骨	.

由颅骨骨骼管道内含有的水样液体构成。

[ðə; ðiː][end][ɒv; əv][ðə; ðiː] [nɜːv] [ɒv; əv] ['hɪərɪŋ] [ɪz][ɒn] [wʌn][ɒv; əv][ðə; ðiː] [tjuːbz] .

The	end	of	the	nerve	of	hearing	is	on	one	of	the	tubes	.
这	结尾	的	这	神经	的	听力	是	在	一	的	这	管子	.

听觉神经的末端位于其中一条咽鼓管上。

[haʊ] [wiː; wi][hɪə(r)] . — ['θrəʊɪŋ] [ə; eɪ] [stəʊn] [ɪn][ðə; ðiː]['wɔːtə(r)] [meɪks] [weɪvz] [wɪtʃ] [muːv] ['fɑːðə(r)] [ænd; ənd] ['fɑːðə(r)] ['aʊtwəd] .

How	we	Hear	.	—	Throwing	a	stone	in	the	water	makes	waves	which	move	farther	and	farther	outward	.
如何	我们	听到	.	—	投掷	一个	石头	在	这	水	制作	波浪	哪个	移动	更远	和	更远	向外	.

我们如何听到声音——向水中扔一块石头会产生波浪，波浪会向外扩散得越来越远。

[ɪn][ðə; ðiː] [seɪm] [weɪ] [ə; eɪ] [nɔɪz] ['kɔːzɪz] [weɪvz] [ɪn][ðə; ðiː][eə(r)] .

In	the	same	way	a	noise	causes	waves	in	the	air	.
在	这	相同的	方式	一个	噪音	原因	波浪	在	这	空气	.

就像噪音会引起空气波动一样。

[ðiːz] [weɪvz] [pɑːs]['ɪntuː][ðə; ðiː][ɪə(r)][tjuːb] , [streɪk] [ðə; ðiː]['aʊtə(r)] ['drʌmˌhed] , [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [muːv] .

These	waves	pass	into	the	ear	tube	,	strike	the	outer	drumhead	,	and	make	it	move	.
这些	波浪	经过	进入	这	耳朵	管子	,	罢工	这	外	鼓皮	,	和	制作	它	移动	.

这些波进入耳管，冲击外耳鼓膜，使其振动。

[ðɪs] [muːvz] [ðə; ðiː] [tʃeɪn] [ɒv; əv] [bəʊnz] [ɪn][ðə; ðiː] ['mɪd(ə)l] [ɪə(r)][səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [kɔːz] ['məʊʃn] [ɪn][ðə; ðiː] ['ɪnə(r)] ['drʌmˌhed] .

This	moves	the	chain	of	bones	in	the	middle	ear	so	that	they	cause	motion	in	the	inner	drumhead	.
这	移动	这	链	的	骨头	在	这	中间	耳朵	所以	那	他们	原因	运动	在	这	内	鼓皮	.

这会使中耳内的骨链运动，从而引起内鼓膜的运动。

[ðɪs] [ɪn] ['muːvɪŋ] [bæk] [ænd; ənd] [fɔːθ] [meɪks] [weɪvz] [ɪn][ðə; ði]['fluːɪd][ɒv; əv][ðə; ði]['ɪnə(r)] [ɪə(r)] [wɪtʃ]

This	in	moving	back	and	forth	makes	waves	in	the	fluid	of	the	inner	ear	which
这	在	移动	后退	和	前进	制作	波浪	在	这	体液	的	这	内	耳朵	哪个

[straɪk] [ɒn][ðə; ði][endz][ɒv; əv][ðə; ði] [nɜːv] [ɒv; əv] ['hɪərɪŋ] [ænd; ənd] [kɔːz] ['mesɪʤɪz] [tuː; tə][biː; bi]

strike	on	the	ends	of	the	nerve	of	hearing	and	cause	messages	to	be
罢工	在	这	结束	的	这	神经	的	听力	和	原因	消息	到	是

['kærid] [tuː; tə][ðə; ði][breɪn] .

carried	to	the	brain	.
携带	到	这	脑	.

这种来回运动会在内耳液体中产生波浪，这些波浪会冲击听觉神经的末端，从而将信息传递到大脑。

[keə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] [ɪəz] . — [ðə; ði] [ɪəz] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt][biː; bi] [strʌk] [ɔː(r)] ['pʊld] , [æz; əz][ðə; ði] ['ɪədrʌm]

Care	of	the	Ears	.	—	The	ears	should	not	be	struck	or	pulled	,	as	the	eardrum
关心	的	这	耳朵	.	—	这	耳朵	应该	不是	是	击	或者	拉	,	作为	这	鼓膜

[ɪz] ['iːzəli] ['brəʊkən] .

is	easily	broken	.
是	容易地	破碎的	.

耳朵护理——耳朵不应被敲打或拉扯，因为耳膜很容易破裂。

[duː; də][nɒt]

Do	not
做	不是

不要

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	171	]
[	页	-	]

[第171页]

[pʊt] ['penslz] , [pɪnz] , [ɔː(r)] ['eniθɪŋ] [els] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [ɪəz] .

put	pencils	,	pins	,	or	anything	else	in	your	ears	.
放	铅笔	,	别针	,	或者	任何事物	别的	在	你的	耳朵	.

把铅笔、大头针或其他任何东西塞进耳朵里。

[wæks]['nætʃ(ə)rəli] [fɔːmz] [ɪn][ðə; ði][ɪə(r)][tjuːb][tuː; tə] [kiːp] [aʊt] [bʌgz][ænd; ənd][flaɪz] .

Wax	naturally	forms	in	the	ear	tube	to	keep	out	bugs	and	flies	.
蜡	自然	表格	在	这	耳朵	管子	到	保持	出去	漏洞	和	苍蝇	.

耳道内自然形成耳垢，以防止昆虫和苍蝇进入。

[ðə; ði]['aʊtə(r)][pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði][tjuːb] [meɪ] [biː; bi][kept] [kliːn] [baɪ]['waɪpɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [ə; eɪ] [mɔɪst] [klɒθ]

The	outer	part	of	the	tube	may	be	kept	clean	by	wiping	it	with	a	moist	cloth
这	外	部分	的	这	管子	可能	是	保留	干净的	经过	擦拭	它	和	一个	潮湿	布

['əʊvə(r)][ðə; ði]['lɪt(ə)l]['fɪŋgə(r)] .

over	the	little	finger	.
超过	这	小的	手指	.

可以用湿布蘸取少量水，用小指擦拭管子的外侧，保持清洁。

[ɪf] [juː; jʊ]['ɒf(ə)n][hæv; həv] ['ɪəreɪk] [ɔː(r)][ə; eɪ] ['rʌnɪŋ] [ɪə(r)] , [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][hæv; həv][ˌaɪ 'tiː] [ɪg'zæmɪnd] [baɪ]

If	you	often	have	earache	or	a	running	ear	,	you	should	have	it	examined	by
如果	你	经常	有	耳痛	或者	一个	跑步	耳朵	,	你	应该	有	它	检查	经过

[ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] .

a	physician	.
一个	医生	.

如果你经常耳痛或耳内流涕，应该去看医生。

[nɪ'glektɪŋ] [ə; eɪ] [sɪk] [ɪə(r)] [meɪ] [kɔːz] ['defnəs] .

Neglecting	a	sick	ear	may	cause	deafness	.
疏忽	一个	生病的	耳朵	可能	原因	耳聋	.

忽视患病的耳朵可能会导致耳聋。

[sʌm; səm] [p'ɜːsənz] [ɑː(r); ə(r)] [def] [ɪn][wʌn][ɪə(r)][ænd; ənd][duː; də][nɒt] [nəʊ] [ˌaɪ 'tiː] .

Some	**persons**	**are**	**deaf**	**in**	**one**	**ear**	**and**	**do**	**not**	**know**	**it**	**.**
一些	人	是	聋	在	一	耳朵	和	做	不是	知道	它	.

有些人一只耳朵聋了，自己却不知道。

[test] [iːtʃ] [ɪə(r)][baɪ] ['kʌvərɪŋ] [ðə; ði]['ʌðə(r)] [wʌn] [wɪð] [ə; eɪ] ['hevi] [klɒθ] [ænd; ənd] [nəʊt] [haʊ] [fɑː(r)] [ɒf]

Test	**each**	**ear**	**by**	**covering**	**the**	**other**	**one**	**with**	**a**	**heavy**	**cloth**	**and**	**note**	**how**	**far**	**off**
测试	每个	耳朵	经过	覆盖	这	其他	一	和	一个	重的	布	和	笔记	如何	远的	离开

[juː; jʊ][kæn; kən][hɪə(r)][ðə; ði] [tɪks] [ɒv; əv][ə; eɪ] [wɒtʃ] .

you	**can**	**hear**	**the**	**ticks**	**of**	**a**	**watch**	**.**
你	能	听到	这	蜱虫	的	一个	手表	.

用厚布盖住一只耳朵，测试另一只耳朵，并注意你能听到多远距离的手表滴答声。

[ðə; ði] [nəʊz] . — [ðə; ði] [nəʊz] [hæz; həz][ə; eɪ] ['skɪnˌlaɪk] ['laɪnɪŋ] ,

The	**Nose**	**.**	**—**	**The**	**nose**	**has**	**a**	**skinlike**	**lining**	**,**
这	鼻子	.	—	这	鼻子	有	一个	类皮肤	衬垫	,

鼻子——鼻子内衬有一层类似皮肤的物质，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['ɔːlweɪz] [kept] [mɔɪst] [baɪ]['lɪt(ə)l] [glændz] [wɪtʃ] [gɪv] [aʊt] [ə; eɪ] ['wɔːtəri] ['fluːɪd] .

but	**it**	**is**	**always**	**kept**	**moist**	**by**	**little**	**glands**	**which**	**give**	**out**	**a**	**watery**	**fluid**	**.**
但	它	是	总是	保留	潮湿	经过	小的	腺体	哪个	给	出去	一个	水状的	体液	.

但它始终保持湿润，这得益于分泌水样液体的小腺体。

[ðə; ði] ['endiŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] [nɜːv] [ɒv; əv] [smel] [ɑː(r); ə(r)][ɪn][ðə; ði]['laɪnɪŋ] [ɪn][ðə; ði] ['ʌpə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv]

The	**endings**	**of**	**the**	**nerve**	**of**	**smell**	**are**	**in**	**the**	**lining**	**in**	**the**	**upper**	**part**	**of**
这	结局	的	这	神经	的	闻	是	在	这	衬垫	在	这	上	部分	的

[ðə; ði] [nəʊz] .

the	**nose**	**.**
这	鼻子	.

嗅觉神经末梢位于鼻腔上部的内壁上。

[tuː] [nɜːvz] [liːd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [nəʊz] [tuː; tə][ðə; ði] [breɪn] .

Two	**nerves**	**lead**	**from**	**the**	**nose**	**to**	**the**	**brain**	**.**
二	神经	带领	从	这	鼻子	到	这	脑	.

有两条神经从鼻子通向大脑。

[wen] [wiː; wi] [kætʃ] [kəʊld] , [mʌtʃ] [blʌd] ['rʌʃɪz] [tuː; tə][ðə; ði]['laɪnɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] [nəʊz] [ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː] [bɪ'kʌmz] ['swəʊlən] .

When	**we**	**catch**	**cold**	**,**	**much**	**blood**	**rushes**	**to**	**the**	**lining**	**of**	**the**	**nose**	**and**	**it**	**becomes**	**swollen**	**.**
什么时候	我们	抓住	寒冷的	,	很多	血	冲刺	到	这	衬垫	的	这	鼻子	和	它	变成	肿	.

当我们感冒时，大量血液会涌向鼻腔内壁，导致鼻腔肿胀。

[ˌaɪ 'tiː] [ðen] [gɪvz] [aʊt] [ə; eɪ] [θɪk] [waɪt] ['mjuːkəs] .

It	**then**	**gives**	**out**	**a**	**thick**	**white**	**mucus**	**.**
它	然后	给予	出去	一个	厚的	白色的	粘液	.

然后会流出浓稠的白色黏液。

[ðɪs] ['kʌvəz] [ðə; ði] [nɜːv] ['endiŋ] , [səʊ] [ðæt] [wiː; wi] ['kænɒt] [smel] .

This	**covers**	**the**	**nerve**	**endings**	**,**	**so**	**that**	**we**	**cannot**	**smell**	**.**
这	封面	这	神经	结局	,	所以	那	我们	不能	闻	.

这覆盖了神经末梢，所以我们闻不到气味。

[smel] [ɪz][ɒv; əv] [greɪt] [juːz][ɪn] ['telɪŋ] [ˌjuː 'es] ['weðə(r)] ['aʊə(r)] [fuːd] [ɪz] [gʊd] ,

Smell	**is**	**of**	**great**	**use**	**in**	**telling**	**us**	**whether**	**our**	**food**	**is**	**good**	**,**
闻	是	的	伟大的	使用	在	讲述	我们	无论	我们的	食物	是	好的	,

气味对于判断食物是否美味有很大的作用。

[baɪ] ['helpɪŋ] [ˌjuː 'es][tuː; tə][ɪn'dʒɔɪ] [fuːd] [wɪð] [ə; eɪ] ['plez(ə)nt] ['əʊdə(r)] , [ænd; ənd][baɪ] ['wɔːnɪŋ] [ˌjuː 'es]

by	helping	us	to	enjoy	food	with	a	pleasant	odor	,	and	by	warning	us
经过	帮助	我们	到	享受	食物	和	一个	令人愉快的	气味	,	和	经过	警告	我们

[ə'genst] [bæd][eə(r)] .

against	bad	air	.
反对	坏的	空气	.

它帮助我们享受气味宜人的食物，并提醒我们注意污浊的空气。

[ðə; ði] [sens] [ɒv; əv] [teɪst] . — [ðə; ði] [nɜːvz] [baɪ] [wɪtʃ] [wiː; wi] [teɪst] [end][ɪn][ðə; ði] [sɒft] ['kʌvərɪŋ] [ɒv; əv]

The	Sense	of	Taste	.	—	The	nerves	by	which	we	taste	end	in	the	soft	covering	of
这	感觉	的	品尝	.	—	这	神经	经过	哪个	我们	品尝	结尾	在	这	柔软的	覆盖	的

[ðə; ði] [tʌŋ] [ænd; ənd][sʌm; səm]['ʌðə(r)] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] [maʊθ] .

the	tongue	and	some	other	parts	of	the	mouth	.
这	舌头	和	一些	其他	部分	的	这	嘴	.

味觉——我们用来感知味道的神经终止于舌头的柔软覆盖层和口腔的其他一些部位。

[ə; eɪ] [fuːd] ['kænɒt] [biː; bi] ['teɪstɪd] [waɪl] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][draɪ] .

A	food	cannot	be	tasted	while	it	is	dry	.
一个	食物	不能	是	尝过	尽管	它	是	干燥	.

食物干燥时是尝不出味道的。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [mʌtʃ] ['slɪpəri] ['fluːɪd]

For	this	reason	much	slippery	fluid
为了	这	原因	很多	滑	体液

因此，很多滑液

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	172	]
[	页	-	]

[第172页]

[fləʊz] ['ɪntuː][ðə; ði] [maʊθ] [frɒm; frəm][glændz]['ʌndə(r)][ðə; ði] [ɪəz] [ænd; ənd] [tʌŋ] .

flows	into	the	mouth	from	glands	under	the	ears	and	tongue	.
流量	进入	这	嘴	从	腺体	在下面	这	耳朵	和	舌头	.

血液从耳下和舌头下的腺体流入口腔。

[ðɪs] ['fluːɪd] , [kɔːld] [sə'laɪvə] , ['sɔfən, 'sɔː-][ðə; ði]['spɪd] [fuːd] [wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wel] [tʃuː] ,

This	fluid	,	called	saliva	,	softens	the	solid	food	when	it	is	well	chewed	,
这	体液	,	称为	唾液	,	软化	这	坚硬的	食物	什么时候	它	是	出色地	咀嚼	,

这种叫做唾液的液体，在充分咀嚼后能软化固体食物。

[səʊ][wiː; wi][kæn; kən] [teɪst] [ˌaɪ 'tiː] .

so	we	can	taste	it	.
所以	我们	能	品尝	它	.

这样我们就能尝尝了。

[ðə; ði] ['sensɪz] [ɒv; əv][ðə; ði] [skɪn] . — [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] ['endiŋ] [ɒv; əv] [nɜːvz] [ɪn][ðə; ði] [skɪn] [ɔːl]['əʊvə(r)]

The	Senses	of	the	Skin	.	—	There	are	endings	of	nerves	in	the	skin	all	over
这	感官	的	这	皮肤	.	—	那里	是	结局	的	神经	在	这	皮肤	全部	超过

[ðə; ði] ['bɒdi] .

the	body	.
这	身体	.

皮肤的感觉——全身皮肤中遍布神经末梢。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ɒv; əv] [θriː] [ɔː(r)][fɔː(r)] ['dɪfrənt] [kaɪndz] .

They	are	of	three	or	four	different	kinds	.
他们	是	的	三	或者	四	不同的	种类	.

它们有三到四种不同的种类。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðem; ðəm] [tel] [ˌjuː 'es] [ə'baʊt] [hiːt] , ['ʌðə(r)z] [tel] [ˌjuː 'es] [ə'baʊt] [kəʊld] .

Some	of	them	tell	us	about	heat	,	others	tell	us	about	cold	.
一些	的	他们	告诉	我们	关于	热	,	其他的	告诉	我们	关于	寒冷的	.

有些讲述的是炎热，有些讲述的是寒冷。

[sʌm; səm] [tel] [ˌjuː 'es] [ə'baʊt] [ðə; ði] [ʃeɪp] , [ðə; ði] ['smuːðnəs] , [ɔː(r)] ['hɑːdnəs] [ɒv; əv]['ɒbdʒɪkts] ,

Some	tell	us	about	the	shape	,	the	smoothness	,	or	hardness	of	objects	,
一些	告诉	我们	关于	这	形状	,	这	平滑度	,	或者	硬度	的	对象	,

有些描述物体的形状、光滑度或硬度，

[waɪl] ['ʌðə(r)z] [tel] [ˌjuː 'es] [wen] [ðə; ði] [skɪn] [gets] [hɜːt] .

while	others	tell	us	when	the	skin	gets	hurt	.
尽管	其他的	告诉	我们	什么时候	这	皮肤	获得	伤害	.

而另一些人则会告诉我们皮肤何时受伤。

[məʊst][ɒv; əv][ðə; ði] [nɜːv] ['endiŋ] [ɑː(r); ə(r)][ɪn][ðə; ði] [diːpə(r)] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði][skɪn] ,

Most	of	the	nerve	endings	are	in	the	deeper	part	of	the	skin	,
最多	的	这	神经	结局	是	在	这	更深	部分	的	这	皮肤	,

大部分神经末梢位于皮肤深层。

[səʊ] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['kʌvəd] [baɪ][ðə; ði] [ˌepɪ'dɜːmɪs] [ænd; ənd] ['kænɒt] [biː; bi] [hɜːt] [baɪ][ðə; ði] [rʌf]

so	that	they	are	covered	by	the	epidermis	and	cannot	be	hurt	by	the	rough
所以	那	他们	是	涵盖	经过	这	表皮	和	不能	是	伤害	经过	这	粗糙的

[θɪŋz] ['hændld] .

things	handled	.
事物	处理	.

这样它们就被表皮覆盖，不会被粗糙的东西伤害。

['ælkəhɒl][ænd; ənd][ðə; ði] ['sensɪz] . — [ðə; ði] ['sensɪz] [ɑː(r); ə(r)][bʌt; bət]['lɪt(ə)l] [ə'fektɪd] [baɪ][ə; eɪ] [smɔːl]

Alcohol	and	the	Senses	.	—	The	senses	are	but	little	affected	by	a	small
酒精	和	这	感官	.	—	这	感官	是	但	小的	做作的	经过	一个	小的

[ə'maʊnt] [ɒv; əv][ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋk] .

amount	of	alcoholic	drink	.
数量	的	酗酒者	喝	.

酒精与感官——少量饮酒对感官的影响很小。

[ðə; ði] [sens] [ɒv; əv] [teɪst] , ['ɑːftə(r)] ['biːɪŋ] [ə'kʌstəmd] [tuː; tə][ðə; ði] ['ʃɑːpnəs] [ɒv; əv] [strɒŋ] [drɪŋk] ,

The	sense	of	taste	,	after	being	accustomed	to	the	sharpness	of	strong	drink	,
这	感觉	的	品尝	,	后	存在	习惯	到	这	锐利度	的	强的	喝	,

味觉在习惯了烈酒的辛辣味道后，

[meɪ] [biː; bi] [les] ['iːzəli] [pliːzd] [wɪð] [ðə; ði] [teɪst] [ɒv; əv] ['kɒmən] [fuːd] [ænd; ənd] [drɪŋk] .

may	be	less	easily	pleased	with	the	taste	of	common	food	and	drink	.
可能	是	较少的	容易地	高兴	和	这	品尝	的	常见的	食物	和	喝	.

可能不太容易对普通食物和饮料的味道感到满意。

[ðə; ði][juːz][ɒv; əv] [lɑːdʒ] [ə'maʊnts] [ɒv; əv]['ælkəhɒl] [blʌnt] [ɔːl][ðə; ði] ['sensɪz] .

The	use	of	large	amounts	of	alcohol	blunts	all	the	senses	.
这	使用	的	大的	金额	的	酒精	钝器	全部	这	感官	.

大量饮酒会麻痹所有感官。

[ɪn][ə; eɪ] ['drʌŋkən] [mæn][ðə; ði] ['sensɪz] [ɒv; əv][ðə; ði][skɪn][ɑː(r); ə(r)][səʊ] [nʌm] [ðæt] [hiː; hi] [dʌz] [nɒt]

In	a	drunken	man	the	senses	of	the	skin	are	so	numbed	that	he	does	not
在	一个	醉	男人	这	感官	的	这	皮肤	是	所以	麻木	那	他	做	不是

[nəʊ] [wen] ['eniθɪŋ] ['tʌtʃɪz] [hɪm] ,

know	when	anything	touches	him	,
知道	什么时候	任何事物	触摸	他	,

醉汉的皮肤感觉麻木，以至于他感觉不到任何东西触碰自己。

[ænd; ənd][hiː; hi] [meɪ] [biː; bi]['bædli] [bɜːnd] [bɪ'fɔː(r)] [hiː; hi] [fiːlz] [ðə; ði] [peɪn] .

and	he	may	be	badly	burned	before	he	feels	the	pain	.
和	他	可能	是	糟糕	烧伤	前	他	感觉	这	疼痛	.

他可能在感觉到疼痛之前就已经被严重烧伤了。

['hevi] ['drɪŋkɪŋ] [meɪks] [ðə; ði] ['hɪərɪŋ] [les] [kiːn] , [ɪn'lɑːdʒ] [ðə; ði] [blʌd] ['ves(ə)lz] [ɒv; əv][ðə; ði] [aɪz] ,

Heavy	drinking	makes	the	hearing	less	keen	,	enlarges	the	blood	vessels	of	the	eyes	,
重的	喝	制作	这	听力	较少的	敏锐的	,	放大	这	血	船只	的	这	眼睛	,

长期酗酒会降低听力，扩张眼部血管。

[ænd; ənd] [meɪks] [ðem; ðəm] [ə'pɪə(r)] [red] [ænd; ənd] ['blʌdʃɒt] .

and	makes	them	appear	red	and	bloodshot	.
和	制作	他们	出现	红色的	和	充血	.

使它们看起来红肿充血。

[tə'bækəʊ][ænd; ənd][ðə; ði] ['sensɪz] . — [ðə; ði][ju:z][ɒv; əv][tə'bækəʊ] [dʌz] [nɒt]['ɪndʒə(r)][ðə; ði] ['sensɪz] [ɒv; əv]

Tobacco	and	the	Senses	.	—	The	use	of	tobacco	does	not	injure	the	senses	of
烟草	和	这	感官	.	—	这	使用	的	烟草	做	不是	损伤	这	感官	的

[ðə; ði][skɪn][ænd; ənd]['ju:ʒuəli; 'ju:ʒəli][hæz; həz][nəʊ]

the	skin	and	usually	has	no
这	皮肤	和	通常	有	不

烟草与感官——使用烟草不会损害皮肤感官，通常也不会造成其他影响。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	173	]
[	页	-	]

[第173页]

[ɪ'fekt] [ɒn] ['hɪərɪŋ] .

effect	on	hearing	.
影响	在	听力	.

对听力的影响。

[bəuθ] ['tʃu:ɪŋ] [ænd; ənd] ['sməʊkɪŋ] , [ɪf] [mʌtʃ] ['præktɪst] , [meɪk] [ðə; ði] [sens] [ɒv; əv] [teɪst] [les]

Both	chewing	and	smoking	,	if	much	practiced	,	make	the	sense	of	taste	less
两个都	咀嚼	和	吸烟	,	如果	很多	练习	,	制作	这	感觉	的	品尝	较少的

['delɪkət] ,

delicate	,
精美的	,

咀嚼和吸烟，如果经常进行，都会降低味觉的敏锐度。

[səʊ] [ðæt] [wʌn] ['kænɒt] [ɪn'dʒɔɪ][hɪz; ɪz] [fu:d] [tu:; tə][ðə; ði] ['fʊlɪst] [ɪk'stent] .

so	that	one	cannot	enjoy	his	food	to	the	fullest	extent	.
所以	那	一	不能	享受	他的	食物	到	这	最	程度	.

因此，人们无法尽情享受美食。

[mʌtʃ] ['sməʊkɪŋ] [ɒv; əv][tə'bækəʊ] [meɪ] [hɜ:t] [ðə; ði] [nɜ:v] [ɒv; əv] [saɪt] [ænd; ənd][ɪn][ə; eɪ] [fju:] [keɪsɪz] [ˌaɪ 'ti:]

Much	smoking	of	tobacco	may	hurt	the	nerve	of	sight	and	in	a	few	cases	it
很多	吸烟	的	烟草	可能	伤害	这	神经	的	视线	和	在	一个	很少	案例	它

[hæz; həz] [meɪd] [men] [blaɪnd] .

has	made	men	blind	.
有	制成	男人	瞎的	.

长期大量吸烟可能会损害视觉神经，在少数情况下甚至会导致失明。

['meni] [bɔɪz] [hæv; həv] ['wi:kənd] [ðeə(r)] [aɪz] [baɪ][ðə; ði][ju:z][ɒv; əv] ['sɪgəret] .

Many	boys	have	weakened	their	eyes	by	the	use	of	cigarettes	.
许多	男孩们	有	减弱	他们的	眼睛	经过	这	使用	的	香烟	.

许多男孩因吸烟而导致视力下降。

['præktɪkl] QUESTIONS1 .

PRACTICAL	QUESTIONS1	.
实际的	QUESTIONS1	.

实践问题1.

[neɪm] [ðə; ði] [tʃi:f] [sens] ['ɔ:rgənz] . [ˌtu:'tu:] .

Name	the	chief	sense	organs	.	2	.
姓名	这	首席	感觉	器官	.	2	.

1. 请列举主要感觉器官。

[ɒv; əv] [wɒt] [ju:z][ɑ:(r); ə(r)][ðə; ði] ['aɪlɪdz] [ænd; ənd] [tɪəz] ? [θri:] .

Of	what	use	are	the	eyelids	and	tears	?	3	.
的	什么	使用	是	这	眼睑	和	眼泪	?	3	.

眼睑和眼泪有什么用呢？3.

[neɪm] [fɔː(r)] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['aɪbɔːl] . [fɔːr] .

Name	**four**	**parts**	**of**	**the**	**eyeball**	**.**	**4**	**.**
姓名	四	部分	的	这	眼球	.	4	.

4. 请说出眼球的四个组成部分。

[wɒt] [ɪz][ðə; ði]['aɪrɪs] ? [faɪv] .

What	**is**	**the**	**iris**	**?**	**5**	**.**
什么	是	这	鸢尾花	?	5	.

虹膜是什么？5.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz][ɪz][ðə; ði][lenz] ? [sɪks] .

Of	**what**	**use**	**is**	**the**	**lens**	**?**	**6**	**.**
的	什么	使用	是	这	镜片	?	6	.

6. 这枚镜头有什么用?

[wɒt] [muːvz] [ðə; ði] ['aɪbɔːl] ? ['sɛvən] .

What	**moves**	**the**	**eyeball**	**?**	**7**	**.**
什么	移动	这	眼球	?	7	.

是什么驱动眼球运动？7.

[wen] [duː; də] ['tʃɪldrən] [get] [wiːk] [aɪz] ? [eit] .

When	**do**	**children**	**get**	**weak**	**eyes**	**?**	**8**	**.**
什么时候	做	孩子们	得到	虚弱的	眼睛	?	8	.

儿童何时会出现视力下降？8.

[haʊ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [aɪz] ['ɒf(ə)n] [hɜːt] ? [naɪn] .

How	**are**	**the**	**eyes**	**often**	**hurt**	**?**	**9**	**.**
如何	是	这	眼睛	经常	伤害	?	9	.

眼睛经常会有哪些疼痛症状？9.

[haʊ] [meɪ] [pɔː(r); pʊə(r)] [aɪz] [biː; bi] [helpt] ? - .

How	**may**	**poor**	**eyes**	**be**	**helped**	**?**	**10**	**.**
如何	可能	贫穷的	眼睛	是	帮助	?	-	.

如何帮助视力障碍者？10.

[wɒt] [meɪks] [ðə; ði] [aɪz] [sɔː(r)] ? - .

What	**makes**	**the**	**eyes**	**sore**	**?**	**11**	**.**
什么	制作	这	眼睛	疮	?	-	.

什么会让人眼睛酸痛？11.

[haʊ] [duː; də][dʒɜːrmz][get]['ɪntuː][ðə; ði] [aɪz] ? - .

How	**do**	**germs**	**get**	**into**	**the**	**eyes**	**?**	**12**	**.**
如何	做	细菌	得到	进入	这	眼睛	?	-	.

细菌是如何进入眼睛的？12.

[neɪm] [ðə; ði] [θriː] [pɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði][ɪə(r)] . - .

Name	**the**	**three**	**parts**	**of**	**the**	**ear**	**.**	**13**	**.**
姓名	这	三	部分	的	这	耳朵	.	-	.

说出耳朵的三个组成部分。13.

[wɒt] [dʌz] [ðə; ði]['ɪnə(r)][ɪə(r)] [kən'teɪn] ? - .

What	**does**	**the**	**inner**	**ear**	**contain**	**?**	**14**	**.**
什么	做	这	内	耳朵	包含	?	-	.

内耳包含哪些结构？14.

[wɒt] [meɪ] [rɪ'zʌlt] [frɒm; frəm] [nɪ'glektɪŋ] [ə; eɪ] [sɪk] [ɪə(r)] ? - .

What	**may**	**result**	**from**	**neglecting**	**a**	**sick**	**ear**	**?**	**15**	**.**
什么	可能	结果	从	疏忽	一个	生病的	耳朵	?	-	.

忽视患病耳朵的治疗可能导致什么后果？15.

[ɒv; əv] [wɒt] [juːz][ɪz] [smel] ? - .

Of	**what**	**use**	**is**	**smell**	**?**	**16**	**.**
的	什么	使用	是	闻	?	-	.

气味有什么用？16.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [fuːd] [biː; bi] [wel] [tʃuː] ? - .

Why	should	food	be	well	chewed	?	17	.
为什么	应该	食物	是	出色地	咀嚼	?	-	.

为什么食物需要充分咀嚼？17.

[ɪn] [wɒt] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [skɪn] [ɑː(r); ə(r)] [məʊst] [ɒv; əv] [ðə; ði] [nɜːv] ['endɪŋ] ? - .

In	what	part	of	the	skin	are	most	of	the	nerve	endings	?	18	.
在	什么	部分	的	这	皮肤	是	最多	的	这	神经	结局	?	-	.

皮肤的哪个部位分布着最多的神经末梢？18.

[wɒt] [ɪ'fekt] [dʌz] [tə'bækəʊ] [hæv; həv] [ɒn] [ðə; ði] [sens] [ɒv; əv] [teɪst] ?

What	effect	does	tobacco	have	on	the	sense	of	taste	?
什么	影响	做	烟草	有	在	这	感觉	的	品尝	?

烟草对味觉有什么影响?

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	174	]
[	页	-	]

[第174页]

['tʃæptə(r)] [ˌeksˈeksˈaɪˈaɪˈaɪ]

CHAPTER	XXIII
章	二十三

第二十三章

['kiːpɪŋ] [ə'weɪ] ['sɪknəs]

KEEPING	AWAY	SICKNESS
保持	离开	疾病

远离疾病

[tuː] [mʌtʃ] ['sɪknəs] . — ['meni] [dɪ'ziːzɪz] [ɑː(r); ə(r)] [kɔːzd] [baɪ]['aʊə(r)] [əʊn] ['keələsnəs] [ænd; ənd]

Too	Much	Sickness	.	—	Many	diseases	are	caused	by	our	own	carelessness	and
也	很多	疾病	.	—	许多	疾病	是	导致	经过	我们的	自己的	疏忽	和

['aʊə(r)][bæd]['hæbɪts][ɒv; əv] ['lɪvɪŋ] .

our	bad	habits	of	living	.
我们的	坏的	习惯	的	活的	.

疾病缠身——许多疾病都是由于我们自身的粗心大意和不良生活习惯造成的。

[wiː; wi][hæv; həv] [ə'baʊt] [wʌn] ['dɒktə(r)][fɔː(r); fə(r)] ['evri] [wʌn] ['hʌndrəd] ['fæmɪlɪz] .

We	have	about	one	doctor	for	every	one	hundred	families	.
我们	有	关于	一	医生	为了	每一个	一	百	家庭	.

我们这里大约每100户人家才有一名医生。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [ɪ'nʌf] ['piːp(ə)l] [sɪk] ['evri] [deɪ] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ] ['sɪti] [æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz] [njuː] [jɔːk]

There	are	enough	people	sick	every	day	to	make	a	city	as	large	as	New	York
那里	是	足够的	人们	生病的	每一个	天	到	制作	一个	城市	作为	大的	作为	新的	约克

[ɔː(r)][tuː; tə]['iːkwəl][ðə; ði]['nʌmbə(r)][ɒv; əv] ['piːp(ə)l] ['lɪvɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [ˌθɜː'tiːn] [steɪts] [ɒv; əv]['aɪdəhəʊ] ,

or	to	equal	the	number	of	people	living	in	the	thirteen	states	of	Idaho	,
或者	到	平等的	这	数字	的	人们	活的	在	这	十三	各州	的	爱达荷州	,

每天生病的人数足以组成一个像纽约一样大的城市，或者相当于爱达荷州十三个州的人口总数。

[nə'vɑːdə] , [waɪ'əʊmɪŋ] , [ˌærɪ'zəʊnə] , [njuː] ['meksɪkəʊ] , ['juːtɑː] , ['deləwer] , [mɒn'tænə] , [və'mɒnt] , [njuː]

Nevada	,	Wyoming	,	Arizona	,	New	Mexico	,	Utah	,	Delaware	,	Montana	,	Vermont	,	New
内华达州	,	怀俄明州	,	亚利桑那	,	新的	墨西哥	,	犹他州	,	特拉华州	,	蒙大拿	,	佛蒙特	,	新的

['hæmpʃɪə] , [nɔːθ] [də'kəʊtə][ænd; ənd] [saʊθ] [də'kəʊtə] ,

Hampshire	,	North	Dakota	and	South	Dakota	,
汉普郡	,	北	达科他州	和	南	达科他州	,

内华达州、怀俄明州、亚利桑那州、新墨西哥州、犹他州、特拉华州、蒙大拿州、佛蒙特州、新罕布什尔州、北达科他州和南达科他州

[ænd; ənd][ˌəʊkləˈhəʊmə] .

and	Oklahoma	.
和	俄克拉荷马州	.

还有俄克拉荷马州。

[ə; eɪ]['keəf(ə)l] ['stʌdi] [ɒv; əv] [dɪ'ziːz] [ænd; ənd][ɪts] [kɔːz] [ʃəʊz] [ðæt] [æt; ət] [liːst] [wʌn][hɑːf][ɒv; əv][ɔːl]

A	careful	study	of	disease	and	its	cause	shows	that	at	least	one	half	of	all
一个	小心	学习	的	疾病	和	它是	原因	演出	那	在	至少	一	一半	的	全部

[ðə; ði] ['sɪknəs] [ɪn]['aʊə(r)][lænd][kæn; kən][biː; bi] [ə'vɔɪdɪd] [baɪ] [raɪt] ['lɪvɪŋ] .

the	sickness	in	our	land	can	be	avoided	by	right	living	.
这	疾病	在	我们的	土地	能	是	避免	经过	正确的	活的	.

仔细研究疾病及其病因可知，我国至少一半的疾病可以通过正确的生活方式来避免。

[ðə; ði] [kɔːz] [ɒv; əv] ['sɪknəs] . — [sʌm; səm]['piːp(ə)l] [ɑː(r); ə(r)][səʊ] ['fuːlɪʃ] [æz; əz][tuː; tə] [meɪk]

The	Cause	of	Sickness	.	—	Some	people	are	so	foolish	as	to	make
这	原因	的	疾病	.	—	一些	人们	是	所以	愚蠢	作为	到	制作

[ðəm'selvz] [sɪk] .

themselves	sick	.
他们自己	生病的	.

疾病的起因——有些人愚蠢到让自己生病。

[ðeɪ] ['wiːkən] [ðə; ði] ['bɒdi] [baɪ]['juːzɪŋ] [mʌtʃ] [bɪə(r)][ɔː(r)] [waɪn] , [baɪ] ['briːðɪŋ] [bæd][eə(r)] ,

They	weaken	the	body	by	using	much	beer	or	wine	,	by	breathing	bad	air	,
他们	削弱	这	身体	经过	使用	很多	啤酒	或者	葡萄酒	,	经过	呼吸	坏的	空气	,

他们大量饮用啤酒或葡萄酒，呼吸污浊的空气，都会削弱身体。

[baɪ] [læk] [ɒv; əv] ['eksəsaɪz] , [ɔː(r)][baɪ][fɑːst] ['iːtɪŋ] .

by	lack	of	exercise	,	or	by	fast	eating	.
经过	缺少	的	锻炼	,	或者	经过	快速地	吃	.

缺乏运动或进食过快都会导致这种情况。

[wen] [ðə; ði] ['bɒdi] [bɪ'kʌmz] [wiːk] , [ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['laɪkli] [tuː; tə] [get] [sɪk] [æt; ət] ['eni] [taɪm] .

When	the	body	becomes	weak	,	it	is	likely	to	get	sick	at	any	time	.
什么时候	这	身体	变成	虚弱的	,	它	是	可能	到	得到	生病的	在	任何	时间	.

身体虚弱时，随时都可能生病。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv] [dɪ'ziːzɪz] .

93	—	The	germs	of	diseases	.
-	—	这	细菌	的	疾病	.

93——致病菌。

[mʌtʃ] [ɪn'lɑːdʒd] .

Much	enlarged	.
很多	放大	.

尺寸大幅增大。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt] ['ɔːlweɪz] ['aʊə(r)] [əʊn] [fɔːlt] [wen] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [sɪk] .

It	is	not	always	our	own	fault	when	we	are	sick	.
它	是	不是	总是	我们的	自己的	过错	什么时候	我们	是	生病的	.

生病并不总是我们自己的错。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [kɔːzd] [baɪ][ðə; ði] ['keələsnəs] [ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] [huː] [hæv; həv] [let] [dʒɜːrmz] [ɪ'skeɪp]

It	may	be	caused	by	the	carelessness	of	others	who	have	let	germs	escape
它	可能	是	导致	经过	这	疏忽	的	其他的	WHO	有	让	细菌	逃脱

[frɒm; frəm][ðeə(r)] ['bɒdɪz] [səʊ] [ðæt] [ðeɪ]

from	their	bodies	so	that	they
从	他们的	身体	所以	那	他们

这可能是由于他人粗心大意，让细菌从体内逸出造成的，因此他们

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 175]
[页 -]

[第175页]

[ɑː(r); ə(r)]['eɪb(ə)l][tuː; tə] [riːtʃ] [ˌjuː 'es] .
are able to reach us .
是 有能力的 到 抵达 我们 .

能够联系我们。

[wʌn] [hɑːf][ɒv; əv][ðə; ði] ['sɪknəs] [ɪn]['aʊə(r)][lænd][ɪz] ['kætʃɪŋ] ['sɪknəs] .
One half of the sickness in our land is catching sickness .
一 一半 的 这 疾病 在 我们的 土地 是 捕捉 疾病 .

我们国家一半的疾病都是由传染病引起的。

[ðæt] [ɪz] ,
That is ,
那 是 ,

那是，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['sɪknəs] [wɪtʃ] ['pɑːsɪz] [frɒm; frəm][wʌn]['pɜːs(ə)n][tuː; tə] [ə'nʌðə(r)] [ænd; ənd][ɪz] [kɔːzd] [baɪ]['taɪni]
it is sickness which passes from one person to another and is caused by tiny
它 是 疾病 哪个 通过 从 一 人 到 其他 和 是 导致 经过 微小的
[dʒɜːrmz][ɔː(r)]['maɪˌkroʊbz] .
germs or microbes .
细菌 或者 微生物 .

它是由微小的细菌或微生物引起的，会从一个人传染给另一个人的疾病。

[ə; eɪ] ['kætʃɪŋ] ['sɪknəs] [ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ] [kən'teɪdʒəs] [dɪ'ziːz] .
A catching sickness is called a contagious disease .
一个 捕捉 疾病 是 称为 一个 传染性 疾病 .

容易传染的疾病称为传染病。

[sʌm; səm][ɒv; əv][ðə; ði] ['kɒmən] ['kætʃɪŋ] [dɪ'ziːzɪz] [ɑː(r); ə(r)][sɔː(r)] [θrəʊt] , [k'əʊldz] , [dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə] ,
Some of the common catching diseases are sore throat , colds , diphtheria ,
一些 的 这 常见的 捕捉 疾病 是 疮 喉 , 感冒 , 白喉 ,
[njuː'məʊniə] , ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] , ['miːz(ə)lz] ,
pneumonia , typhoid fever , measles ,
肺炎 , 伤寒 发烧 , 麻疹 ,

一些常见的传染病有咽喉痛、感冒、白喉、肺炎、伤寒、麻疹等。

[grɪp] , [ænd; ənd] ['wuːpɪŋ] [kɒf] .
grippe , and whooping cough .
流感 , 和 欢呼 咳嗽 .

流感和百日咳。

[haʊ] [wiː; wi] [get] [ə; eɪ] ['kætʃɪŋ] ['sɪknəs] . — [wiː; wi] [get] [ə; eɪ] ['kætʃɪŋ] ['sɪknəs] [baɪ] ['teɪkɪŋ] ['ɪntuː]
How we get a Catching Sickness . — We get a catching sickness by taking into
如何 我们 得到 一个 捕捉 疾病 . — 我们 得到 一个 捕捉 疾病 经过 采取 进入
['aʊə(r)] ['bɒdɪz] [ðə; ði][dʒɜːrmz][frɒm; frəm][sʌm; səm]['ʌðə(r)]['pɜːs(ə)n] .
our bodies the germs from some other person .
我们的 身体 这 细菌 从 一些 其他 人 .

我们是如何感染传染病的？——我们通过摄入来自其他人的病菌而感染传染病。

[ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv][ðə; ði] [sɪk] [duː; də][nɒt] [pɑːs] [ɒf] [ɪn][ðə; ði] [breθ] ,
The germs of the sick do not pass off in the breath ,
这 细菌 的 这 生病的 做 不是 经过 离开 在 这 气息 ,

病人的病菌不会通过呼吸传播。

[bʌt; bət][ɪn][ðə; ði][spɪt][ɔː(r)] ['eniθɪŋ] [els] [wɪtʃ] ['kɒmz] [frɒm; frəm][ðeə(r)] ['bɒdɪz] .
but in the spit or anything else which comes from their bodies .
但 在 这 吐 或者 任何事物 别的 哪个 来 从 他们的 身体 .

但包括唾液或身体排出的任何其他物质。

[ðɪs] [ɪz] [waɪ] [ðə; ði] [spɪt] [ænd; ənd] [ɔːl] [slɒps] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [sɪk] [ruːm] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [bɜːnd] ,

This	is	why	the	spit	and	all	slops	from	the	sick	room	should	be	burned	,
这	是	为什么	这	吐	和	全部	污水	从	这	生病的	房间	应该	是	烧伤	,

这就是为什么应该把病房里的唾液和所有残羹剩饭都烧掉的原因。

['berid] , [ɔː(r)] [dɪ'strɔɪd] [ɪn][sʌm; səm] [weɪ] .

buried	,	or	destroyed	in	some	way	.
埋葬	,	或者	损毁	在	一些	方式	.

被掩埋或以某种方式损毁。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [haʊ] [ðə; ði] [dʒɜːrmz] [ɒv; əv] [dɪ'ziːz] [stɑːt] [ɒn] [ðeə(r)] ['mɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [deθ] .

94	—	How	the	germs	of	disease	start	on	their	mission	of	death	.
-	—	如何	这	细菌	的	疾病	开始	在	他们的	使命	的	死亡	.

94 —致病细菌如何开始它们的死亡使命。

[ðɪs] ['suːə(r); 'sjuːə(r)] ['kæriz] [slɒps] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['haʊzɪz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [sɪk] [ænd; ənd] [wel] [ænd; ənd]

This	sewer	carries	slops	from	the	houses	of	the	sick	and	well	and
这	下水道	携带	污水	从	这	房屋	的	这	生病的	和	出色地	和

['emptiz] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [striːm] [juːst] [bɪ'ləʊ] [fɔː(r); fə(r)] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔːtə(r)] .

empties	into	a	stream	used	below	for	drinking	water	.
空瓶	进入	一个	溪流	用过的	以下	为了	喝	水	.

这条污水沟将病人和健康人家中的污水排入下方用作饮用水的小溪中。

[wiː; wi] [ʃʊd; ʃəd] [θɪŋk] [ˌaɪ 'tiː] ['veri] ['wɪkɪd] [ɪf] [ə; eɪ] ['ʃəʊmən] [ʃʊd; ʃəd] [tɜːn] [hɪz; ɪz] ['laɪənz] [ænd; ənd] [t'aɪgəz]

We	should	think	it	very	wicked	if	a	showman	should	turn	his	lions	and	tigers
我们	应该	思考	它	非常	邪恶	如果	一个	表演者	应该	转动	他的	狮子	和	老虎

[luːs] [ɪn] [ə; eɪ] [kraʊd] [ɒv; əv] ['wɪmɪn] [ænd; ənd] ['tʃɪldrən] .

loose	in	a	crowd	of	women	and	children	.
松动的	在	一个	人群	的	女性	和	孩子们	.

如果一个表演者把狮子和老虎放到一群妇女和儿童中间，我们应该认为这是非常邪恶的行为。

['sʌmbədi] [wʊd] ['ʃʊəli; 'ʃɔːli] [biː; bi] [kɪld] [ænd; ənd] ['ʌðə(r)z] [hɜːt] .

Somebody	would	surely	be	killed	and	others	hurt	.
某人	会	一定	是	被杀	和	其他的	伤害	.

肯定会有人丧命，其他人也会受伤。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [dʒʌst] [æz; əz] [rɒŋ] [tuː; tə] [tɜːn] [luːs] [ðə; ði]

It	is	just	as	wrong	to	turn	loose	the
它	是	只是	作为	错误的	到	转动	松动的	这

放任不管同样是错误的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	176	]
[	页	-	]

[第176页]

[dʒɜːrmz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [sɪk] [baɪ] ['θrəʊɪŋ] [ðə; ði] [spɪt] [ænd; ənd] [ðə; ði] [slɒps] [weə(r)] [ðeɪ] [wɪl] [get] ['ɪntuː]

germs	of	the	sick	by	throwing	the	spit	and	the	slops	where	they	will	get	into
细菌	的	这	生病的	经过	投掷	这	吐	和	这	污水	在哪里	他们	将要	得到	进入

[ə; eɪ] [striːm] [ɔː(r)] [weə(r)] [ðə; ði] [flaɪz] [meɪ] [faɪnd] [ðem; ðəm] [ænd; ənd] [baɪ] ['sɔɪlɪŋ] [ðeə(r)] [fiːt] [liːv]

a	stream	or	where	the	flies	may	find	them	and	by	soiling	their	feet	leave
一个	溪流	或者	在哪里	这	苍蝇	可能	寻找	他们	和	经过	污渍	他们的	脚	离开

[deθ] [ɪn] [ðeə(r)] [treɪl] [weər'evə(r)] [ðeɪ] [krɔːl] .

death	in	their	trail	wherever	they	crawl	.
死亡	在	他们的	踪迹	无论	他们	爬行	.

病人将唾液和泔水扔到溪流里或苍蝇能找到的地方，弄脏了脚，所到之处都留下了死亡的痕迹。

[haʊ] [ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv] ['sɪknəs] [kætʃ] [juː 'es] . — [ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv] ['sɪknəs] [hæv; həv][nəʊ] [fiːt]

How	the	Germs	of	Sickness	catch	Us	.	—	The	germs	of	sickness	have	no	feet
如何	这	细菌	的	疾病	抓住	我们	.	—	这	细菌	的	疾病	有	不	脚

[tuː; tə] [wɔːk] [ænd; ənd][nəʊ] [wɪŋz] [tuː; tə][flaɪ] ,

to	walk	and	no	wings	to	fly	,
到	走	和	不	翅膀	到	飞	,

病菌是如何感染我们的？——病菌没有脚走路，也没有翅膀飞翔。

[jet] [ðeɪ] ['iːzəli] ['træv(ə)l][frɒm; frəm][ðə; ði] [sɪk] [tuː; tə][ðə; ði] [wel] .

yet	they	easily	travel	from	the	sick	to	the	well	.
然而	他们	容易地	旅行	从	这	生病的	到	这	出色地	.

然而，它们却能轻易地从病人传播到健康人身上。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt] [kɪld] [baɪ] ['biːɪŋ] ['frəʊz(ə)n] , [ɔː(r)] ['draʊnd] [baɪ] ['fləʊtɪŋ] [ɪn]['wɔːtə(r)] , [ɔː(r)]

They	are	not	killed	by	being	frozen	,	or	drowned	by	floating	in	water	,	or
他们	是	不是	被杀	经过	存在	冷冻	,	或者	溺水	经过	漂浮的	在	水	,	或者

[dɪ'strɔɪd] [baɪ] ['draɪɪŋ] .

destroyed	by	drying	.
损毁	经过	烘干	.

它们不会被冻死，也不会被漂浮在水中淹死，更不会被风干破坏。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðeɪ] [kæn; kən]['træv(ə)l] [wɪð] [ðə; ði][aɪs] , ['wɔːtə(r)] , [mɪlk] , [ænd; ənd] [dʌst] .

For	this	reason	they	can	travel	with	the	ice	,	water	,	milk	,	and	dust	.
为了	这	原因	他们	能	旅行	和	这	冰	,	水	,	牛奶	,	和	灰尘	.

因此，它们可以带着冰、水、牛奶和尘土旅行。

[ɪn] ['bʌfələʊ] , [njuː] [jɔːk] ,

In	Buffalo	,	New	York	,
在	水牛	,	新的	约克	,

在纽约州布法罗市，

['fɪfti] - ['sev(ə)n] ['tʃɪldrən] [kɔːt] [ðə; ði] ['skɑːlət] ['fiːvə(r)][ɪn][wʌn] [wiːk] [baɪ] ['juːzɪŋ] [mɪlk] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)]

fifty	-	seven	children	caught	the	scarlet	fever	in	one	week	by	using	milk	cared	for
五十	-	七	孩子们	捕捉	这	猩红	发烧	在	一	星期	经过	使用	牛奶	关心	为了

[baɪ][ə; eɪ] [bɔɪ] [huː] [wɒz; wəz] ['getɪŋ] [wel] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['skɑːlət] ['fiːvə(r)] .

by	a	boy	who	was	getting	well	from	the	scarlet	fever	.
经过	一个	男生	WHO	曾是	获得	出色地	从	这	猩红	发烧	.

一周内，有 57 名儿童因饮用了正在康复的猩红热男孩照顾的牛奶而感染了猩红热。

[ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv] ['sɪknəs] [ɑː(r); ə(r)][səʊ] [smɔːl] [ðæt] [ə; eɪ] ['mɪljən] [kæn; kən] [hæŋ] [tuː; tə][ðə; ði][hændz]

The	germs	of	sickness	are	so	small	that	a	million	can	hang	to	the	hands
这	细菌	的	疾病	是	所以	小的	那	一个	百万	能	悬挂	到	这	双手

[ɔː(r)] ['kləʊðɪŋ] [ænd; ənd][nɒt][biː; bi] [siːn] .

or	clothing	and	not	be	seen	.
或者	衣服	和	不是	是	已见	.

致病细菌非常微小，数百万个细菌可以附着在手上或衣服上而不被人看到。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)]['ɒf(ə)n] [left] ['klɪŋɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] ['fɪŋgəz] , [desks] , [bʊks] ,

For	this	reason	they	are	often	left	clinging	to	the	fingers	,	desks	,	books	,
为了	这	原因	他们	是	经常	左边	依恋	到	这	手指	,	桌子	,	图书	,

[ænd; ənd] ['penslz] ,

and	pencils	,
和	铅笔	,

因此，它们常常粘在手指、桌子、书本和铅笔上。

[ænd; ənd]['træv(ə)l][ɪn] [lɑːdʒ]

and	travel	in	large
和	旅行	在	大的

并进行大规模旅行

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 177]
[页 -]

[第177页]

['nʌmbəz] [ɒn][ðə; ði] [fiːt] [ɒv; əv] [flaɪz] .
numbers on the feet of flies .
数字 在 这 脚 的 苍蝇 .

苍蝇脚上的数字。

[ðə; ði] ['ʃʊərɪst] [wei] [ðə; ði][dʒɜːrmz][hæv; həv][ɒv; əv] ['getɪŋ] [frɒm; frəm][wʌn]['pɜːs(ə)n][tuː; tə] [ə'nʌðə(r)] [ɪz][baɪ]
The surest way the germs have of getting from one person to another is by
这 最可靠的 方式 这 细菌 有 的 获得 从 一 人 到 其他 是 经过
[ðə; ði] ['kɒmən] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] .
the common drinking cup .
这 常见的 喝 杯子 .

细菌从一个人传播到另一个人的最可靠途径就是通过公用的饮水杯。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][klɪə(r)] [biːf] [brɒθ] ['dʒeli][ɪn] [wɪtʃ] [ə; eɪ][flai] [wɔːkt] [faɪv] ['mɪnɪts] ['skætərɪŋ]
95 — Photograph of clear beef broth jelly in which a fly walked five minutes scattering
- — 照片 的 清除 牛肉 肉汤 果冻 在 哪个 一个 飞 步行 五 分钟 散射
[dʒɜːrmz] .
germs .
细菌 .

95 —一张清澈的牛肉汤冻的照片，一只苍蝇在其中走了五分钟，散播了细菌。

[tuː] [deɪz] ['leɪtə(r)] [iːtʃ] [dʒɜːm] [brʌʃt] [ɒf] [ðə; ði] [flaɪz] [fiːt] [gruː] ['ɪntuː][ə; eɪ] ['sɪti] [ɒv; əv][dʒɜːrmz]
Two days later each germ brushed off the fly's feet grew into a city of germs
二 天 之后 每个 细菌 刷过 离开 这 苍蝇 脚 生长 进入 一个 城市 的 细菌
[ə'piərɪŋ] [æz; əz][ə; eɪ] [waɪt] [spɒt] .
appearing as a white spot .
出现 作为 一个 白色的 点 .

两天后，苍蝇脚上沾染的每一个细菌都繁殖成细菌聚集地，形成一个个白色斑点。

[ðə; ði] ['kɒmən] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [ɪz][æn; ən] [ɪks'tʃeɪndʒ] ['steɪʃ(ə)n][fɔː(r); fə(r)][dʒɜːrmz] . — [ðə; ði][məʊst] ['keəf(ə)l]
The Common Drinking Cup is an Exchange Station for Germs . — The most careful
这 常见的 喝 杯子 是 一个 交换 车站 为了 细菌 . — 这 最多 小心
[ig,zæmi'neiʃənz] [hæv; həv] [ʃəʊn] [ðæt] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] ['tʃɪldrən] [æz; əz] [wel] [æz; əz]
examinations have shown that there are thousands of children as well as
考试 有 所示 那 那里 是 数千 的 孩子们 作为 出色地 作为
[grəʊn] [p'ɜːsənz] [huː] [hæv; həv] ['veri] [lait] [ə'tæks] [ɒv; əv] ['skɑːlət] ['fiːvə(r)] ,
grown persons who have very light attacks of scarlet fever ,
生长 人 WHO 有 非常 光 攻击 的 猩红 发烧 ,

公用的饮水杯是细菌交换站。——最仔细的检查表明，成千上万的儿童和成年人都曾出现过轻微的猩红热症状。

[tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] ,
tuberculosis ,
结核 ,

结核，

[ɔː(r)]['ʌðə(r)] [dɪ'ziːzɪz] [ænd; ənd][gəʊ][tuː; tə] [skuːl] [ɔː(r)] [ə'baʊt] [ðeə(r)] [wɜːk] ['skætərɪŋ] [ðə; ði][dʒɜːrmz]
or other diseases and go to school or about their work scattering the germs
或者 其他 疾病 和 去 到 学校 或者 关于 他们的 工作 散射 这 细菌
[ɒv; əv] ['sɪknəs] [ɪn][ðeə(r)][spɪt] .
of sickness in their spit .
的 疾病 在 他们的 吐 .

或者其他疾病，然后去上学或上班，通过唾液传播病菌。

[ə; eɪ] [tʃaɪld] ['seldəm] [drɪŋks] [frɒm; frəm] [ə; eɪ] [kʌp] [wɪ'ðaʊt] ['liːvɪŋ] [ɒn] [ˌaɪ 'tiː] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [dʒɜːrmz] .

A	**child**	**seldom**	**drinks**	**from**	**a**	**cup**	**without**	**leaving**	**on**	**it**	**thousands**	**of**	**germs**	**.**
一个	孩子	很少	饮料	从	一个	杯子	没有	离开	在	它	数千	的	细菌	.

孩子用过的杯子里，很少不会留下成千上万的细菌。

[sʌm; səm] [ɒv; əv] [ðiːz] [meɪ] [biː; bi] [dʒɜːrmz] [wɪtʃ] [wɪl] [kɔːz] ['sɪknəs] .

Some	**of**	**these**	**may**	**be**	**germs**	**which**	**will**	**cause**	**sickness**	**.**
一些	的	这些	可能	是	细菌	哪个	将要	原因	疾病	.

其中一些可能是致病细菌。

[ɒn] [wʌn] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [juːst] [ɪn] [ə; eɪ] [skuːl] ,

On	**one**	**drinking**	**cup**	**used**	**in**	**a**	**school**	**,**
在	一	喝	杯子	用过的	在	一个	学校	,

在学校使用的一个饮水杯上，

[ðə; ði] [dʒɜːrmz] [wɜː(r); wə(r)] [faʊnd] [tuː; tə] [biː; bi] [æz; əz] [θɪk] [æz; əz] [ðə; ði] [liːvz] [ɒn] [ə; eɪ] ['meɪp(ə)l] [triː] [ɪn] [dʒuːn] .

the	**germs**	**were**	**found**	**to**	**be**	**as**	**thick**	**as**	**the**	**leaves**	**on**	**a**	**maple**	**tree**	**in**	**June**	**.**
这	细菌	是	成立	到	是	作为	厚的	作为	这	树叶	在	一个	枫	树	在	六月	.

发现这些细菌的菌丝体厚得像六月份枫树的叶子一样。

[ɪn] [æn; ən] [əʊ'haɪəʊ] [skuːl] [wʌn] [wɔːm] [deɪ] ,

In	**an**	**Ohio**	**school**	**one**	**warm**	**day**	**,**
在	一个	俄亥俄州	学校	一	温暖的	天	,

在一个温暖的日子里，俄亥俄州的一所学校里

[ə; eɪ] [bɔɪ] [wɪð] [bɪ'gɪnɪŋ] ['miːz(ə)lz] [dræŋk] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [kʌp] [wɪtʃ] [wɒz; wəz] ['ɑːftəwəd] [juːst] [ɒn] [ðə; ði] [seɪm] [deɪ] [baɪ] [ðə; ði] ['tiːtʃə(r)] [ænd; ənd] [ɔːl] [ðə; ði] ['ʌðə(r)] ['pjuːp(ə)lz] .

a	**boy**	**with**	**beginning**	**measles**	**drank**	**from**	**the**	**cup**	**which**	**was**	**afterward**	**used**	**on**	**the**	**same**	**day**	**by**	**the**	**teacher**	**and**	**all**	**the**	**other**	**pupils**	**.**
一个	男生	和	开始	麻疹	喝	从	这	杯子	哪个	曾是	之后	用过的	在	这	相同的	天	经过	这	老师	和	全部	这	其他	学生	.

一名患有麻疹初期症状的男孩喝了杯子里的水，而老师和当天所有其他学生也都用了这个杯子。

[ɪn] [les] [ðæn; ðən] [tuː] [wiːks] ['evri] ['pjuːp(ə)l] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['tiːtʃə(r)] [wɜː(r); wə(r)] ['sʌfərɪŋ] [frɒm; frəm] ['miːz(ə)lz] .

In	**less**	**than**	**two**	**weeks**	**every**	**pupil**	**and**	**the**	**teacher**	**were**	**suffering**	**from**	**measles**	**.**
在	较少的	比	二	周	每一个	瞳孔	和	这	老师	是	痛苦	从	麻疹	.

不到两周时间，所有学生和老师都患上了麻疹。

[pʊt]

Put
放

放

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**178**	**]**
[	页	-	]

[第178页]

['nʌθɪŋ] ['ɪntuː] [jɔː(r); jə(r)] [maʊθ] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn] [ɪn] [ə'nʌðərz] [maʊθ] .

nothing	**into**	**your**	**mouth**	**which**	**has**	**been**	**in**	**another's**	**mouth**	**.**
没有什么	进入	你的	嘴	哪个	有	到过	在	另一个的	嘴	.

不要把别人嘴里吃过的东西放进自己嘴里。

[fɪg] .

Fig	**.**
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] ['skuːlhaʊs] [ɪn] ['mɔːgən] ['kaʊnti] , [əʊ'haɪəʊ] ,
96 — A schoolhouse in Morgan county , Ohio ,
- — 一个 校舍 在 摩根 县 , 俄亥俄州 ,

96 —俄亥俄州摩根县的一所校舍，

[weə(r)] [ˌsɪks'tiːn] ['pjuːp(ə)lz][ænd; ənd][ðə; ði] ['tiːtʃə(r)] [kɔːt] [ðə; ði] ['miːz(ə)lz] [ɪn][wʌn] [deɪ] [baɪ] ['drɪŋkɪŋ]
where sixteen pupils and the teacher caught the measles in one day by drinking
在哪里 十六 学生 和 这 老师 捕捉 这 麻疹 在 一 天 经过 喝
[frɒm; frəm][ə; eɪ] [kʌp] [wɪtʃ] [hæd; həd] [biːn] [juːst] [baɪ][ə; eɪ] [bɔɪ] [sɪk] [wɪð] [ðə; ði] ['miːz(ə)lz] .
from a cup which had been used by a boy sick with the measles .
从 一个 杯子 哪个 有 到过 用过的 经过 一个 男生 生病的 和 这 麻疹 .

一天之内，16 名学生和老师因为喝了患麻疹的男孩用过的杯子里的水而感染了麻疹。

[ðə; ði]['gəʊldən] [ruːl] . — [ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv][ə; eɪ] ['kætʃɪŋ] ['sɪknəs] , [sʌtʃ] [æz; əz] ['miːz(ə)lz] , ['tʃɪkɪn]
The Golden Rule . — If you have a catching sickness , such as measles , chicken
这 金的 规则 . — 如果 你 有 一个 捕捉 疾病 , 这样的 作为 麻疹 , 鸡
[pɒks] , [ɔː(r)] ['wuːpɪŋ] [kɒf] ,
pox , or whooping cough ,
天花 , 或者 欢呼 咳嗽 ,

黄金法则——如果你得了传染性疾病，例如麻疹、水痘或百日咳，

[steɪ] [ə'weɪ] [frɒm; frəm] ['ʌðə(r)z] .
stay away from others .
停留 离开 从 其他的 .

远离其他人。

[sɪns] [ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv][sʌm; səm] [dɪ'ziːzɪz] , [laɪk] ['skɑːlət] ['fiːvə(r)][ænd; ənd][dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə] ,
Since the germs of some diseases , like scarlet fever and diphtheria ,
自从 这 细菌 的 一些 疾病 , 喜欢 猩红 发烧 和 白喉 ,

由于某些疾病的病原体，例如猩红热和白喉，

[rɪ'meɪn] [ɪn][ðə; ði][spɪt] ['sʌmtaɪmz] ['sevrəl] [mʌnθs] ['ɑːftə(r)][juː; jʊ] [fiːl] [wel] , [doʊnt]['skætə(r)][jɔː(r); jə(r)]
remain in the spit sometimes several months after you feel well , don't scatter your
保持 在 这 吐 有时 一些 几个月 后 你 感觉 出色地 , 不 分散 你的
[spɪt] .
spit .
吐 .

即使感觉康复后，唾液中有时仍会残留数月，不要随意丢弃唾液。

[həʊld][ə; eɪ] ['hæŋkətʃɪf] [bɪ'fɔː(r)] [jɔː(r); jə(r)] [feɪs] [wen] [juː; jʊ] [sniːz] [ɔː(r)] [kɒf] .
Hold a handkerchief before your face when you sneeze or cough .
抓住 一个 手帕 前 你的 脸 什么时候 你 喷嚏 或者 咳嗽 .

打喷嚏或咳嗽时，请用手帕捂住口鼻。

[wɒʃ] [jɔː(r); jə(r)][hændz] [bɪ'fɔː(r)] ['hændlɪŋ] [fuːd] .
Wash your hands before handling food .
洗 你的 双手 前 处理 食物 .

处理食物前请洗手。

[sʌm; səm] ['ænɪmlz] ['kæri] ['sɪknəs] . — [məs'kiːtəʊz] ['kæri] [mə'leəriə][ænd; ənd] ['jeləʊ] ['fiːvə(r)][ænd; ənd]
Some Animals carry Sickness . — Mosquitoes carry malaria and yellow fever and
一些 动物 携带 疾病 . — 蚊子 携带 疟疾 和 黄色的 发烧 和
[sʌm; səm] ['ʌðə(r)] [dɪ'ziːzɪz] .
some other diseases .
一些 其他 疾病 .

有些动物会传播疾病。——蚊子会传播疟疾、黄热病和其他一些疾病。

[flaɪz] ['kæri] ['taɪfɔɪd] ['fiːvə(r)] , [grɪp] , [dɪf'θɪəriə; dɪp'θɪəriə] , [ænd; ənd][tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] .
Flies carry typhoid fever , grippe , diphtheria , and tuberculosis .
苍蝇 携带 伤寒 发烧 , 流感 , 白喉 , 和 结核 .

苍蝇会传播伤寒、流感、白喉和肺结核。

[ˈbedbʌg] [ænd; ənd] [fliːz] [ˈkæri] [ðə; ði] [pleɪg] [ænd; ənd] [ˈleprəsi] .

Bedbugs	and	fleas	carry	the	plague	and	leprosy	.
臭虫	和	跳蚤	携带	这	瘟疫	和	麻风	.

臭虫和跳蚤会传播鼠疫和麻风病。

[ræts] [ˈkæri] [ðə; ði] [pleɪg] .

Rats	carry	the	plague	.
老鼠	携带	这	瘟疫	.

老鼠会传播瘟疫。

[kæts] [ˈsʌmtaɪmz] [ˈkæri] [dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] .

Cats	sometimes	carry	diphtheria	.
猫	有时	携带	白喉	.

猫有时会携带白喉病毒。

[ˈmeni] [kaʊz] [hæv; həv][tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs][ænd; ənd][ðə; ði][dʒɜːrmz][ɒv; əv] [ðɪs] [dɪˈziːz] [ɑː(r); ə(r)] [ðen]

Many	cows	have	tuberculosis	and	the	germs	of	this	disease	are	then
许多	牛	有	结核	和	这	细菌	的	这	疾病	是	然后

[ˈsʌmtaɪmz] [faʊnd] [ɪn][ðeə(r)] [mɪlk] .

sometimes	found	in	their	milk	.
有时	成立	在	他们的	牛奶	.

许多奶牛患有结核病，这种疾病的病菌有时会在它们的牛奶中被发现。

[sʌm; səm] [ˈtʃɪldrən] [hæv; həv] [kɔːt] [tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs][frɒm; frəm] [ˈdrɪŋkɪŋ] [sʌtʃ] [mɪlk] .

Some	children	have	caught	tuberculosis	from	drinking	such	milk	.
一些	孩子们	有	捕捉	结核	从	喝	这样的	牛奶	.

有些孩子因为喝了这种牛奶而感染了肺结核。

[fɪg] .

Fig	.
如图	.

如图。

- — [ə; eɪ] [peɪn] [ɒv; əv] [glɑːs] [held] [əˈbaʊt] [tuː] [fiːt] [bɪˈfɔː(r)] [ðə; ði] [feɪs] [ɒv; əv][ə; eɪ] [bɔɪ] [huː] [sniːzd]

97	—	A	pane	of	glass	held	about	two	feet	before	the	face	of	a	boy	who	sneezed
-	—	一个	窗格	的	玻璃	握住	关于	二	脚	前	这	脸	的	一个	男生	WHO	打喷嚏

.

:
.

97 —一块玻璃板举到距离打喷嚏的男孩脸部约两英尺的地方。

[ðə; ði] [spɒts] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [dˈrɒplets] [ɒv; əv] [spɪt] [θrəʊn] [aʊt] .

The	spots	are	the	droplets	of	spit	thrown	out	.
这	地点	是	这	飞沫	的	吐	抛掷	出去	.

这些斑点是吐出的唾液滴。

[iːtʃ] [spɒt] [ʃəʊd] [ˈʌndə(r)][ðə; ði]['maɪkrəskəʊp][frɒm; frəm] - [tuː; tə] - [dʒɜːrmz] .

Each	spot	showed	under	the	microscope	from	50	to	1000	germs	.
每个	点	显示	在下面	这	显微镜	从	-	到	-	细菌	.

在显微镜下，每个斑点都显示出 50 到 1000 个细菌。

[ˈkiːpɪŋ] [əˈweɪ] [ˈsmɔːlpɒks] . — [ˈsmɔːlpɒks][wɒz; wəz][wʌns][ðə; ði]

Keeping	away	Smallpox	.	—	Smallpox	was	once	the
保持	离开	天花	.	—	天花	曾是	一次	这

预防天花——天花曾经是.....

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	179	]
[	页	-	]

[məʊst]['terəb(ə)l][ɒv; əv][ɔːl] [dɪ'ziːzɪz] .

most	terrible	of	all	diseases	.
最多	糟糕的	的	全部	疾病	.

所有疾病中最可怕的一种。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][səʊ] ['kætʃɪŋ] [ðæt] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [wɜː(r); wə(r)]['ɒf(ə)n] [sɪk] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː][æt; ət][wʌn] [taɪm] [ɪn]

It	is	so	catching	that	two	or	three	were	often	sick	with	it	at	one	time	in
它	是	所以	捕捉	那	二	或者	三	是	经常	生病的	和	它	在	一	时间	在

[ðə; ði] [seɪm] ['fæməli] .

the	same	family	.
这	相同的	家庭	.

这种病传染性极强，同一家庭中经常有两三个人同时患病。

['sʌmtaɪmz] ['nɪəli] [wʌn] [hɑːf][ðə; ði]['piːp(ə)l][ɒv; əv][ə; eɪ] [həʊl] [taʊn] [wʊd] [hæv; həv][ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɪn]

Sometimes	nearly	one	half	the	people	of	a	whole	town	would	have	the	disease	in
有时	几乎	一	一半	这	人们	的	一个	所有的	镇	会	有	这	疾病	在

[wʌn] [jɪə(r)] .

one	year	.
一	年	.

有时，一年之内，一个城镇近一半的人口都会患上这种疾病。

['əʊvə(r)][ə; eɪ] ['hʌndrəd] [j'iəz] [ə'gəʊ] ['nɪəli] ['evri] [grəʊn] [ʌp]['pɜːs(ə)n][hæd; həd]['lɪt(ə)l] [pɪts] ['skætəd]

Over	a	hundred	years	ago	nearly	every	grown	up	person	had	little	pits	scattered
超过	一个	百	年	前	几乎	每一个	生长	向上	人	有	小的	坑	疏散

['əʊvə(r)][hɪz; ɪz] [feɪs] [æz; əz][ə; eɪ] [rɪ'zʌlt] [ɒv; əv] ['hævɪŋ] [hæd; həd]['smɔːlpɒks] .

over	his	face	as	a	result	of	having	had	smallpox	.
超过	他的	脸	作为	一个	结果	的	拥有	有	天花	.

一百多年前，几乎每个成年人的脸上都散布着小坑，这是因为他们都得过天花。

[juː; jʊ][kæn; kən] ['ɔːlweɪz] [kiːp] [ə'weɪ] ['smɔːlpɒks][baɪ] ['biːɪŋ] ['væksɪneɪtɪd] .

You	can	always	keep	away	smallpox	by	being	vaccinated	.
你	能	总是	保持	离开	天花	经过	存在	已接种疫苗	.

接种疫苗可以预防天花。

[ðə; ði]['dɒktə(r)][kæn; kən] ['væksɪneɪt] [juː; jʊ][baɪ] ['pʊtɪŋ] [ɒn][ðə; ði] ['freʃli] [skreɪpt] [skɪn] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)]

The	doctor	can	vaccinate	you	by	putting	on	the	freshly	scraped	skin	of	your
这	医生	能	接种疫苗	你	经过	推杆	在	这	新鲜的	刮擦	皮肤	的	你的

[ɑːm] [sʌm; səm] [wiːk] ['smɔːlpɒks][dʒɜːrmz][frɒm; frəm][ə; eɪ] [kliːn] ['helθi] [kɑːf] [wɪtʃ] [hæz; həz] [biːn]

arm	some	weak	smallpox	germs	from	a	clean	healthy	calf	which	has	been
手臂	一些	虚弱的	天花	细菌	从	一个	干净的	健康	小牛	哪个	有	到过

['væksɪneɪtɪd] .

vaccinated	.
已接种疫苗	.

医生可以从一头干净健康的、已接种过疫苗的小牛身上取一些弱天花病毒，涂抹在你手臂上新鲜刮取的皮肤上，以此为你接种疫苗。

[jɔː(r); jə(r)] [ɑːm] [wɪl] [ɪn][ə; eɪ] [fjuː] [deɪz] [get] [sɔː(r)][ænd; ənd][juː; jʊ] [wɪl] [nɒt] [fiːl] [wel] [fɔː(r); fə(r)] [ə'baʊt]

Your	arm	will	in	a	few	days	get	sore	and	you	will	not	feel	well	for	about
你的	手臂	将要	在	一个	很少	天	得到	疮	和	你	将要	不是	感觉	出色地	为了	关于

[wʌn] [wiːk] ,

one	week	,
一	星期	,

几天后你的手臂会开始酸痛，大约一周内你都会感觉不舒服。

[bʌt; bət][juː; jʊ] [wɪl] [biː; bi] [meɪd] [seɪf] [frɒm; frəm]['smɔːlpɒks][fɔː(r); fə(r)] ['sevrəl] [j'iəz] .

but	you	will	be	made	safe	from	smallpox	for	several	years	.
但	你	将要	是	制成	安全的	从	天花	为了	一些	年	.

但这样你就能在几年内免受天花的侵害。

['fɪfti] ['nɜːsɪz] [wɜː(r); wə(r)] ['væksɪneɪtɪd] [ɪn] [ˌfɪlə'delfiə] [ænd; ənd] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)] ['meni] [sɪk] [wɪð] [ðə; ði]
Fifty **nurses** **were** **vaccinated** **in** **Philadelphia** **and** **cared** **for** **many** **sick** **with** **the**
五十 护士 是 已接种疫苗 在 费城 和 关心 为了 许多 生病的 和 这
['smɔːlpɒks] ,
smallpox **,**
天花 ,

费城有五十名护士接种了疫苗，并照顾了许多天花病人。

['steɪɪŋ] [wɪð] [ðem; ðəm] [deɪ] ['ɑːftə(r)] [deɪ] , [bʌt; bət] [nɒt] [wʌn] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['nɜːsɪz] [tʊk]
staying **with** **them** **day** **after** **day** **,** **but** **not** **one** **of** **the** **nurses** **took**
入住 和 他们 天 后 天 , 但 不是 一 的 这 护士 采取

日复一日地陪伴着他们，但没有一个护士愿意接受治疗。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[**Pg** **180** **]**
[页 -]

[第180页]

[ðə; ði] [dɪ'ziːz] .
the **disease** **.**
这 疾病 .

这种疾病。

['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] ['væksɪneɪtɪd] [wen] [ə; eɪ] [jɪə(r)] [əʊld] [ænd; ənd] [ə'gen] [æt; ət] [ðə; ði] [eɪdʒ] [ɒv; əv]
Every **one** **should** **be** **vaccinated** **when** **a** **year** **old** **and** **again** **at** **the** **age** **of**
每一个 一 应该 是 已接种疫苗 什么时候 一个 年 老的 和 再次 在 这 年龄 的
[ten] [ɔː(r)] [twelv] [j'iəz] .
ten **or** **twelve** **years** **.**
十 或者 十二 年 .

每个人在一岁时都应该接种疫苗，然后在十岁或十二岁时再次接种。

[k'əʊldz] . — [sʌm; səm] [k'əʊldz] [ɑː(r); ə(r)] ['kætʃɪŋ] ,
Colds **.** **—** **Some** **colds** **are** **catching** **,**
感冒 . — 一些 感冒 是 捕捉 ,

感冒——有些感冒会传染，

[bʌt; bət] [wiː; wi] ['dʒen(ə)rəli] [teɪk] [kəʊld] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [wiː; wi] [hæv; həv] [wiːk] ['bɒdɪz] [ɔː(r)] [hæv; həv] [biːn]
but **we** **generally** **take** **cold** **because** **we** **have** **weak** **bodies** **or** **have** **been**
但 我们 一般来说 拿 寒冷的 因为 我们 有 虚弱的 身体 或者 有 到过
['keələs] .
careless **.**
粗心 .

但我们一般容易感冒，是因为我们身体虚弱或者粗心大意。

[ɪf] [juː; jʊ] [wɒnt] [tuː; tə] [biː; bi] [friː] [frɒm; frəm] [k'əʊldz] , [rɪ'membə(r)] [ðiːz] [sɪks] [ruːlz] : —
If **you** **want** **to** **be** **free** **from** **colds** **,** **remember** **these** **six** **rules** **:** **—**
如果 你 想 到 是 自由的 从 感冒 , 记住 这些 六 规则 : —

如果你想远离感冒，请记住以下六条规则：——

[dəʊnt] [sɪt] [stɪl] [ɪn] [wet] [kləʊðz] [ɔː(r)] [wɪð] [wet] [fiːt] .
Don't **sit** **still** **in** **wet** **clothes** **or** **with** **wet** **feet** **.**
不 坐 仍然 在 湿的 衣服 或者 和 湿的 脚 .

不要穿着湿衣服或湿脚静坐。

[dəʊnt] [sɪt] [ɪn] [ə; eɪ] [kəʊld] [drɑːft] [ɔː(r)] [ɪn] [ə; eɪ] [kəʊld] [ruːm] .
Don't **sit** **in** **a** **cold** **draft** **or** **in** **a** **cold** **room** **.**
不 坐 在 一个 寒冷的 草稿 或者 在 一个 寒冷的 房间 .

不要坐在冷风吹拂的地方或寒冷的房间里。

[doʊnt] [sɪt] [ɒn] [ðə; ði] [dæmp] [graʊnd] [ɔː(r)] [ɒn] [ðə; ði] [aɪs] [wen] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] ['restɪŋ] [frɒm; frəm] ['skeɪtɪŋ]

Don't	**sit**	**on**	**the**	**damp**	**ground**	**or**	**on**	**the**	**ice**	**when**	**you**	**are**	**resting**	**from**	**skating**
不	坐	在	这	潮湿	地面	或者	在	这	冰	什么时候	你	是	休息	从	溜冰

.

:

.

滑冰休息时，不要坐在潮湿的地面或冰面上。

[doʊnt] [kuːl] [ɒf] ['kwɪkli] ['ɑːftə(r)] ['eksəsaɪzɪŋ] .

Don't	**cool**	**off**	**quickly**	**after**	**exercising**	**.**
不	凉爽的	离开	迅速地	后	锻炼	.

运动后不要迅速降温。

[sliːp] [ɪn] [ə; eɪ] [ruːm] [wɪð] [ðə; ði] ['wɪndəʊz] [waɪd] ['əʊpən] .

Sleep	**in**	**a**	**room**	**with**	**the**	**windows**	**wide**	**open**	**.**
睡觉	在	一个	房间	和	这	视窗	宽的	打开	.

睡觉时，房间的窗户要大开。

[teɪk] [ə; eɪ] [kəʊld] [bæθ.bɑːθ] ['evri] ['mɔːnɪŋ] [ænd; ənd] [drɔː] [freʃ] [eə(r)] [tuː; tə] [ðə; ði] ['bɒtəm] [ɒv; əv] [ðə; ði]

Take	**a**	**cold**	**bath**	**every**	**morning**	**and**	**draw**	**fresh**	**air**	**to**	**the**	**bottom**	**of**	**the**
拿	一个	寒冷的	洗澡	每一个	早晨	和	画	新鲜的	空气	到	这	底部	的	这

[lʌŋz] ['meni] [taɪmz] ['evri] [deɪ] .

lungs	**many**	**times**	**every**	**day**	**.**
肺	许多	时代	每一个	天	.

每天早上洗个冷水澡，并且每天多次让新鲜空气到达肺部底部。

[tjuːˌbɜːkjuˈləʊsɪs] [ɔː(r)] [kənˈsʌmpʃ(ə)n] . — [ðɪs] [dɪˈziːz] [ɪz] [səʊ] ['kɒmən] [ænd; ənd] ['dedli] [ðæt] ['twenti]

Tuberculosis	**or**	**Consumption**	**.**	**—**	**This**	**disease**	**is**	**so**	**common**	**and**	**deadly**	**that**	**twenty**
结核	或者	消耗	.	—	这	疾病	是	所以	常见的	和	致命	那	二十

[pˈɜːsənz] [daɪ] [frɒm; frəm] [ˌaɪ ˈtiː] [ɪn] ['aʊə(r)] ['kʌntri] ['evri] ['aʊə(r)] .

persons	**die**	**from**	**it**	**in**	**our**	**country**	**every**	**hour**	**.**
人	死	从	它	在	我们的	国家	每一个	小时	.

肺结核或痨病——这种疾病非常普遍且致命，我国每小时就有二十人死于此病。

[ˌaɪ ˈtiː] [ɪz] [kɔːzd] [baɪ] ['taɪni] [dʒɜːrmz] ([fɪg] . -) [wɪtʃ] [lɒdʒ] [ɪn] [ðə; ði] [lʌŋz] , [glændz] , [bəʊnz] ,

It	**is**	**caused**	**by**	**tiny**	**germs**	**(**	**Fig**	**.**	**63**	**)**	**which**	**lodge**	**in**	**the**	**lungs**	**,**	**glands**	**,**	**bones**	**,**
它	是	导致	经过	微小的	细菌	(	如图	.	-	)	哪个	小屋	在	这	肺	,	腺体	,	骨头	,

它是由微小的细菌（图 63）引起的，这些细菌会滞留在肺、腺体、骨骼中。

[ɔː(r)] ['ʌðə(r)] [pɑːts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['bɒdi] , [weə(r)] [ðeɪ] [gɪv] [ɒf] ['pɔɪz(ə)n] [ænd; ənd] [hɜːt] [ðə; ði] [tˈɪʃuːz] .

or	**other**	**parts**	**of**	**the**	**body**	**,**	**where**	**they**	**give**	**off**	**poison**	**and**	**hurt**	**the**	**tissues**	**.**
或者	其他	部分	的	这	身体	,	在哪里	他们	给	离开	毒	和	伤害	这	组织	.

或者身体的其他部位，在那里它们会释放毒素并损伤组织。

[wiː; wi] [teɪk] [ðiːz] [dʒɜːrmz] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['bɒdi] [wɪð] [dʌst] [ɔː(r)] [fuːd] ,

We	**take**	**these**	**germs**	**into**	**the**	**body**	**with**	**dust**	**or**	**food**	**,**
我们	拿	这些	细菌	进入	这	身体	和	灰尘	或者	食物	,

我们通过灰尘或食物将这些细菌带入体内。

[ænd; ənd] ['ɔːlsəʊ] [baɪ] ['pʊtɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] [lɪps] [ə; eɪ] ['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [ɔː(r)] ['ʌðə(r)] [θɪŋz] [juːst] [baɪ] [ə; eɪ]

and	**also**	**by**	**putting**	**to**	**the**	**lips**	**a**	**drinking**	**cup**	**or**	**other**	**things**	**used**	**by**	**a**
和	还	经过	推杆	到	这	嘴唇	一个	喝	杯子	或者	其他	事物	用过的	经过	一个

[kənˈsʌmptɪv] .

consumptive	**.**
消耗性的	.

以及将饮水杯或其他肺痨患者使用的物品放到嘴唇上。

['dʒen(ə)rəli][ðə; ði][dʒɜ:rmz] [wɪl] [nɒt] [grəʊ] [ɪn][ə; eɪ] [strɒŋ] ['bɒdi] , ['i:v(ə)n] [wen] [ðeɪ] [hæv; həv] [lɒdʒd]
Generally **the** **germs** **will** **not** **grow** **in** **a** **strong** **body** **,** **even** **when** **they** **have** **lodged**
一般来说 这 细菌 将要 不是 生长 在 一个 强的 身体 , 甚至 什么时候 他们 有 已提交
[ðeə(r)] .
there **.**
那里 .

一般来说，即使细菌寄生在强健的身体里，它们也不会生长。

[prɪ'ventɪŋ] [kən'sʌmpʃ(ə)n] . — ['lɪvɪŋ] [ɪn]['pɔ:li; 'pʊəli] ['laɪtɪd] ['haʊzɪz] [wɪ'ðaʊt] [mʌtʃ] [freʃ] [eə(r)] ,
Preventing **Consumption** **.** **—** **Living** **in** **poorly** **lighted** **houses** **without** **much** **fresh** **air** **,**
预防 消耗 . — 活的 在 差 照明 房屋 没有 很多 新鲜的 空气 ,
['wɜ:kɪŋ] [ɪn] ['dʌsti] [rʊmz; ru:mz] ,
working **in** **dusty** **rooms** **,**
在职的 在 尘土飞扬 房间 ,

预防肺结核——居住在光线昏暗、空气不流通的房屋中，在布满灰尘的房间里工作，

['ju:zɪŋ] [mʌtʃ] [strɒŋ] [drɪŋk] [ænd; ənd][tə'bækəʊ] , ['i:tɪŋ]
using **much** **strong** **drink** **and** **tobacco** **,** **eating**
使用 很多 强的 喝 和 烟草 , 吃

大量饮酒和吸烟，饮食

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[**Pg** **181** **]**
[页 -]

[第181页]

[pɔ:(r); pʊə(r)] [fu:d] , ['lu:zɪŋ] [sli:p] , [nɪ'glektɪŋ] [ə; eɪ] [kɒf] ,
poor **food** **,** **losing** **sleep** **,** **neglecting** **a** **cough** **,**
贫穷的 食物 , 输 睡觉 , 疏忽 一个 咳嗽 ,

饮食不良、睡眠不足、忽视咳嗽

[ænd; ənd] ['teɪkɪŋ] ['lɪt(ə)l][ɔ:(r)][nəʊ] ['aʊtdɔ:(r)] ['eksəsaɪz] ['wi:kən] [ðə; ði] ['bɒdi] [səʊ] [ðæt] [ðə; ði] [kən'sʌmpʃ(ə)n]
and **taking** **little** **or** **no** **outdoor** **exercise** **weaken** **the** **body** **so** **that** **the** **consumption**
和 采取 小的 或者 不 户外的 锻炼 削弱 这 身体 所以 那 这 消耗
[dʒɜ:rmz][kæn; kən] [grəʊ] [ɪn][ˌaɪ 'ti:] .
germs **can** **grow** **in** **it** **.**
细菌 能 生长 在 它 .

很少或根本不进行户外运动会削弱身体，使食腐细菌能够在体内滋生。

[di:p] ['bri:ðɪŋ] , ['sɪtɪŋ] [ænd; ənd] ['wɔ:kɪŋ] [ɪ'rekt] , ['lɪvɪŋ] [ɪn][rʊmz; ru:mz] [wɪð] ['sʌnʃaɪn] ,
Deep **breathing** **,** **sitting** **and** **walking** **erect** **,** **living** **in** **rooms** **with** **sunshine** **,**
深的 呼吸 , 坐着 和 步行 直立 , 活的 在 房间 和 阳光 ,

深呼吸，坐姿和行走姿势端正，居住在阳光充足的房间里。

['sli:pɪŋ] [wɪð] [ðə; ði] ['wɪndəʊz] ['əʊpən] [eɪt] [ɔ:(r)] [naɪn] ['aʊəz] ['evri] [naɪt] ,
sleeping **with** **the** **windows** **open** **eight** **or** **nine** **hours** **every** **night** **,**
睡眠 和 这 视窗 打开 八 或者 九 小时 每一个 夜晚 ,

每晚开着窗户睡觉八九个小时，

[ænd; ənd] ['i:tɪŋ] [gʊd] [fu:d] [wɪl] [prɪ'vent] [wʌn][frɒm; frəm] ['teɪkɪŋ] [kən'sʌmpʃ(ə)n] [ænd; ənd] [wɪl] ['ɒf(ə)n]
and **eating** **good** **food** **will** **prevent** **one** **from** **taking** **consumption** **and** **will** **often**
和 吃 好的 食物 将要 防止 一 从 采取 消耗 和 将要 经常
[kjʊə(r)][ðə; ði] [dɪ'zi:z] .
cure **the** **disease** **.**
治愈 这 疾病 .

吃好食物可以预防肺结核，而且往往可以治愈这种疾病。

[p'ɜ:sənz] [wɪð] [ðɪs] ['sɪknəs] [gɪv] [aʊt] [ðə; ði][dʒɜ:rmz][ɪn][ðeə(r)][spɪt] ,
Persons **with** **this** **sickness** **give** **out** **the** **germs** **in** **their** **spit** **,**
人 和 这 疾病 给 出去 这 细菌 在 他们的 吐 ,

患有这种疾病的人会通过唾液散发病菌。

[wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kɔːt] [ɪn][ə; eɪ] [kʌp] [ænd; ənd] [bɜːnd] .

which	should	be	caught	in	a	cup	and	burned	.
哪个	应该	是	捕捉	在	一个	杯子	和	烧伤	.

应该用杯子接住并烧掉。

[ðə; ði] ['hʊkwɜːm] [dɪ'ziːz] . — [ðɪs] [ɪz][ə; eɪ] ['sɪknəs] [ə'fektɪŋ] [θ'aʊzəndz] [ɒv; əv] [p'ɜːsənz] [ɪn][ðə; ði] [saʊθ] .

The	Hookworm	Disease	.	—	This	is	a	sickness	affecting	thousands	of	persons	in	the	South	.
这	钩虫	疾病	.	—	这	是	一个	疾病	影响	数千	的	人	在	这	南	.

钩虫病——这种疾病影响着南方成千上万的人。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kɔːzd] [baɪ]['taɪni] [wərmz] [hɑːf][æz; əz] [lɑːdʒ] [æz; əz][ə; eɪ][pɪn] ['hæŋɪŋ] [fɑːst][tuː; tə][ðə; ði]['laɪnɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['baʊəlz] .

It	is	caused	by	tiny	worms	half	as	large	as	a	pin	hanging	fast	to	the	lining	of	the	bowels	.
它	是	导致	经过	微小的	蠕虫	一半	作为	大的	作为	一个	别针	绞刑	快速地	到	这	衬垫	的	这	肠道	.

这是由一些只有针头一半大小的微小蠕虫引起的，这些蠕虫紧紧地附着在肠道内壁上。

[ðə; ði] [wɜːm] [ɪz] ['sʌmtaɪmz] [kɔːld] [ðə; ði]['leɪzi][dʒɜːm][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ˌaɪ 'tiː] [di'strɔi] [ðə; ði] [red] [blʌd] [selz] [ænd; ənd] [meɪks] [ðə; ði] ['bɒdi] [fiːl] [wiːk] [ænd; ənd]['leɪzi] .

The	worm	is	sometimes	called	the	lazy	germ	because	it	destroys	the	red	blood	cells	and	makes	the	body	feel	weak	and	lazy	.
这	蠕虫	是	有时	称为	这	懒惰的	细菌	因为	它	摧毁	这	红色的	血	细胞	和	制作	这	身体	感觉	虚弱的	和	懒惰的	.

这种虫子有时被称为懒惰的细菌，因为它会破坏红细胞，使人感到虚弱和懒惰。

['tʃɪldrən] [wɪð] [ðiːz] [wərmz] [grəʊ] ['sləʊli] , [hæv; həv][ə; eɪ][draɪ][skɪn] ,

Children	with	these	worms	grow	slowly	,	have	a	dry	skin	,
孩子们	和	这些	蠕虫	生长	缓慢地	,	有	一个	干燥	皮肤	,

感染这种寄生虫的儿童生长缓慢，皮肤干燥。

[ænd; ənd][ə; eɪ]['swəʊlən] ['æbdəmən] [wɪð] [ə; eɪ]['tendə(r)][spɒt] [bɪ'ləʊ] [ðə; ði] ['stʌmək] .

and	a	swollen	abdomen	with	a	tender	spot	below	the	stomach	.
和	一个	肿	腹部	和	一个	投标	点	以下	这	胃	.

腹部肿胀，胃部下方有压痛点。

[ðə; ði] [dɪ'ziːz] [ɪz] ['iːzəli] [kjʊəd] [baɪ][ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] ,

The	disease	is	easily	cured	by	a	physician	,
这	疾病	是	容易地	治愈	经过	一个	医生	,

这种疾病很容易由医生治愈。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz]['betə(r)][tuː; tə] [prɪ'vent] [ˌaɪ 'tiː][baɪ] ['kɪlɪŋ] [ðə; ði][dʒɜːrmz][ɪn][ðə; ði] [weɪst] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['baʊəlz] .

but	it	is	better	to	prevent	it	by	killing	the	germs	in	the	waste	from	the	bowels	.
但	它	是	更好的	到	防止	它	经过	杀	这	细菌	在	这	浪费	从	这	肠道	.

但最好还是通过杀死肠道废物中的细菌来预防。

[fɔː(r); fə(r)][də'rekʃ(ə)nz] , [ə'dres] [ðə; ði] [dɪ'pɑːtmənt] [ɒv; əv] [helθ] [æt; ət][ðə; ði]['kæpɪt(ə)l][ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] [steɪt] .

For	directions	,	address	the	Department	of	Health	at	the	capital	of	your	state	.
为了	方向	,	地址	这	部门	的	健康	在	这	首都	的	你的	状态	.

如需了解具体路线，请咨询您所在州首府的卫生部门。

[ɪf] [ðə; ði][dʒɜːrmz] [riːtʃ] [ðə; ði] [graʊnd] [ðeɪ] [krɔːl] [ə'raʊnd] [ænd; ənd] [meɪ] [get]['ɪntuː][ðə; ði] [wel] ,

If	the	germs	reach	the	ground	they	crawl	around	and	may	get	into	the	well	,
如果	这	细菌	抵达	这	地面	他们	爬行	大约	和	可能	得到	进入	这	出色地	,

如果细菌落到地面，它们会四处爬行，并可能进入井里。

[ænd; ənd]['entə(r)][ðə; ði] ['bɒdi] [ə'gen] [wɪð] [ðə; ði] ['drɪŋkɪŋ] ['wɔːtə(r)] .

and	enter	the	body	again	with	the	drinking	water	.
和	进入	这	身体	再次	和	这	喝	水	.

然后随饮用水再次进入体内。

['dʒen(ə)rəli] , [haʊ'evə(r)] , [ðə; ði] [wərmz] ['entə(r)] [θruː] [ðə; ði] [skɪn] [ɒv; əv] [ðəʊz] ['gəʊɪŋ] [ˌbeə'fʊtɪd] ,

Generally	,	however	,	the	worms	enter	through	the	skin	of	those	going	barefooted	,
一般来说	,	然而	,	这	蠕虫	进入	通过	这	皮肤	的	那些	去	赤足	,

[ænd; ənd]

and
和

但通常情况下，这些寄生虫是通过赤脚者的皮肤进入体内的。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	182	]
[	页	-	]

[第182页]

[ɑː(r); ə(r)] ['kærid] [baɪ][ðə; ði] [blʌd] [tuː; tə][ðə; ði] [lʌŋz] .

are	carried	by	the	blood	to	the	lungs	.
是	携带	经过	这	血	到	这	肺	.

通过血液输送到肺部。

[frɒm; frəm][hɪə(r)] [ðeɪ] [gəʊ][ʌp][ðə; ði] ['wɪndpaɪp] [tuː; tə][ðə; ði] [θrəʊt] ,

From	here	they	go	up	the	windpipe	to	the	throat	,
从	这里	他们	去	向上	这	气管	到	这	喉	,

它们从这里沿着气管向上到达喉咙，

[ænd; ənd] [ðen] [daʊn] [ðə; ði] ['gʌlɪt] [tuː; tə][ðə; ði] ['baʊəlz] .

and	then	down	the	gullet	to	the	bowels	.
和	然后	向下	这	食道	到	这	肠道	.

然后顺着食道进入肠道。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðeə(r)] ['entrəns] [θruː] [ðə; ði][skɪn] [ðæt] ['kɔːzɪz] [graʊnd] [ɪtʃ] [ɔː(r)] [djuː] [ɪtʃ] .

It	is	their	entrance	through	the	skin	that	causes	ground	itch	or	dew	itch	.
它	是	他们的	入口	通过	这	皮肤	那	原因	地面	痒	或者	露	痒	.

它们通过皮肤进入人体，引起地面瘙痒或露水瘙痒。

['weərɪŋ] ['ʃuːz] [wɪl] [help] [prɪ'vent] [ðə; ði] [dɪ'ziːz] .

Wearing	shoes	will	help	prevent	the	disease	.
穿着	鞋	将要	帮助	防止	这	疾病	.

穿鞋有助于预防这种疾病。

[ə; eɪ] [strɒŋ] ['bɒdi] [wɪnz] . — ['nəʊbədi] ['wɒnts] [tuː; tə][biː; bi] [wiːk] [ænd; ənd] ['sɪkli] .

A	Strong	Body	Wins	.	—	Nobody	wants	to	be	weak	and	sickly	.
一个	强的	身体	胜利	.	—	无人	想要	到	是	虚弱的	和	病弱的	.

强健的体魄才能赢得胜利——没有人愿意虚弱多病。

[məʊst][ɔːl][ɒv; əv][juː 'es][kʊd; kəd] [kiːp] [wel] [ɪf] [wiː; wi] [wʊd] [traɪ][ɪn][ðə; ði] [raɪt] [weɪ] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði]

Most	all	of	us	could	keep	well	if	we	would	try	in	the	right	way	to	keep	the
最多	全部	的	我们	可以	保持	出色地	如果	我们	会	尝试	在	这	正确的	方式	到	保持	这

['bɒdi] [strɒŋ] .

body	strong	.
身体	强的	.

如果我们采取正确的方法来保持身体强壮，我们大多数人都能保持健康。

[tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪn] [helθ] [ˌaɪ 'tiː][mʌst; məst][hæv; həv] ['plenti] [ɒv; əv] [sliːp] , [ɪ'nʌf] [gʊd] [fuːd]

To	keep	the	body	in	health	it	must	have	plenty	of	sleep	,	enough	good	food
到	保持	这	身体	在	健康	它	必须	有	很多	的	睡觉	,	足够的	好的	食物

[wel] [tʃuː] ,

well	chewed	,
出色地	咀嚼	,

为了保持身体健康，必须保证充足的睡眠，并摄入足够多的、充分咀嚼的优质食物。

['plenti] [ɒv; əv] [kliːn] ['wɔːtə(r)] , ['eksəsaɪz] ['evri] [deɪ] , [ænd; ənd][æn; ən] [ə'bʌndəns] [ɒv; əv] [freʃ] [eə(r)] .

plenty	of	clean	water	,	exercise	every	day	,	and	an	abundance	of	fresh	air	.
很多	的	干净的	水	,	锻炼	每一个	天	,	和	一个	丰富	的	新鲜的	空气	.

充足的清洁水源、每天锻炼身体、以及充足的新鲜空气。

[ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz][ðə; ði]['temp(ə)l][ɒv; əv][ðə; ði] [səʊl] .

The	body	is	the	temple	of	the	soul	.
这	身体	是	这	寺庙	的	这	灵魂	.

身体是灵魂的殿堂。

[dəʊnt] [hɜːt] [ˌaɪ 'tiː] [wɪð] [bæd]['hæbɪts] .

Don't	hurt	it	with	bad	habits	.
不	伤害	它	和	坏的	习惯	.

不要用坏习惯伤害它。

['præktɪkl] ['kwestʃənz]

PRACTICAL	QUESTIONS
实际的	问题

实践问题

[wʌn] . [haʊ] ['meni] ['piːp(ə)l] [ɑː(r); ə(r)] [sɪk] [tuː; tə] - [deɪ] [ɪn]['aʊə(r)] ['kʌntri] ? [ˌtuː'tuː] .

1	.	How	many	people	are	sick	to	-	day	in	our	country	?	2	.
1	.	如何	许多	人们	是	生病的	到	-	天	在	我们的	国家	?	2	.

1. 今天我国有多少人生病了？2.

[haʊ] [kæn; kən] [mʌtʃ] ['sɪknəs] [biː; bi] [ə'vɔɪdɪd] ? [θriː] .

How	can	much	sickness	be	avoided	?	3	.
如何	能	很多	疾病	是	避免	?	3	.

如何才能避免很多疾病？3.

[wɒt] ['kɔːzɪz] ['sɪknəs] ? [fɔːr] .

What	causes	sickness	?	4	.
什么	原因	疾病	?	4	.

什么原因会导致疾病？4.

[wɒt] [ɪz][ə; eɪ] [kən'teɪdʒəs] [dɪ'ziːz] ? [faɪv] .

What	is	a	contagious	disease	?	5	.
什么	是	一个	传染性	疾病	?	5	.

什么是传染病？5.

[neɪm] [sʌm; səm] [kən'teɪdʒəs] [dɪ'ziːzɪz] . [sɪks] .

Name	some	contagious	diseases	.	6	.
姓名	一些	传染性	疾病	.	6	.

6. 请列举一些传染病。

[haʊ] [duː; də][wiː; wi] [get] [ə; eɪ] ['kætʃɪŋ] ['sɪknəs] ? ['sɛvən] .

How	do	we	get	a	catching	sickness	?	7	.
如何	做	我们	得到	一个	捕捉	疾病	?	7	.

我们是如何感染传染病的？7.

[waɪ] [ʃʊd; ʃəd] [wiː; wi][biː; bi] ['keəf(ə)l] [wɪð] [ðə; ði] [slɒps] [frɒm; frəm][ðə; ði] [sɪk]

Why	should	we	be	careful	with	the	slops	from	the	sick
为什么	应该	我们	是	小心	和	这	污水	从	这	生病的

我们为什么要小心对待病人的泔水

[ruːm] ? [eit] .

room	**?**	**8**	**.**
房间	?	8	.

房间？8。

[tel] [haʊ] ['tʃɪldrən] [ɪn] ['bʌfələʊ] [kɔːt] ['skɑːlət] ['fiːvə(r)] . [naɪn] .

Tell	**how**	**children**	**in**	**Buffalo**	**caught**	**scarlet**	**fever**	**.**	**9**	**.**
告诉	如何	孩子们	在	水牛	捕捉	猩红	发烧	.	9	.

讲述布法罗市的儿童是如何感染猩红热的。9.

[wɒt] [ɪz][ðə; ði]['deɪndʒə(r)][ɪn]['juːzɪŋ][ə; eɪ][kʌp][frɒm; frəm] [wɪtʃ] ['ʌðə(r)z]

What	**is**	**the**	**danger**	**in**	**using**	**a**	**cup**	**from**	**which**	**others**
什么	是	这	危险	在	使用	一个	杯子	从	哪个	其他的

使用别人用过的杯子有什么危险?

[hæv; həv] [drʌŋk] ? - .

have	**drunk**	**?**	**10**	**.**
有	醉	?	-	.

喝过酒吗？10.

[haʊ] [kæn; kən][juː; jʊ] [prɪ'vent] ['ʌðə(r)z] [frɒm; frəm] ['getɪŋ] [jɔː(r); jə(r)] ['sɪknəs] ? - .

How	**can**	**you**	**prevent**	**others**	**from**	**getting**	**your**	**sickness**	**?**	**11**	**.**
如何	能	你	防止	其他的	从	获得	你的	疾病	?	-	.

如何防止他人感染你的疾病？11.

[neɪm] [sʌm; səm] ['ænɪmlz] [wɪtʃ] ['kæri] ['sɪknəs] . - .

Name	**some**	**animals**	**which**	**carry**	**sickness**	**.**	**12**	**.**
姓名	一些	动物	哪个	携带	疾病	.	-	.

列举一些携带疾病的动物。12.

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第7/8页

[haʊ] [kæn; kən][wiː; wi] [kiːp] [əˈweɪ] [ˈsmɔːlpɒks] ? - .

How	can	we	keep	away	smallpox	?	13	.
如何	能	我们	保持	离开	天花	?	-	.

我们如何预防天花？13.

[gɪv] [sɪks] [ruːlz] [tuː; tə] [kiːp] [əˈweɪ] [kˈəʊldz] . - .

Give	six	rules	to	keep	away	colds	.	14	.
给	六	规则	到	保持	离开	感冒	.	-	.

列举六条预防感冒的规则。14.

[haʊ] [meɪ] [ðə; ði] [ˈbɒdi] [biː; bi] [kept] [strɒŋ] ?

How	may	the	body	be	kept	strong	?
如何	可能	这	身体	是	保留	强的	?

如何保持身体强壮?

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]

[	Pg	183	]
[	页	-	]

[第183页]

[ˈtʃæptə(r)] [ˌɛksˈɛksˈaɪˈviː]

CHAPTER	XXIV
章	二十四

第二十四章

[ˈhelpɪŋ] [bɪˈfɔː(r)] [ðə; ði] [ˈdɒktə(r)] [ˈkɒmz]

HELPING	BEFORE	THE	DOCTOR	COMES
帮助	前	这	医生	来

医生到来之前提供帮助

[ðə; ði] [niːd] [ɒv; əv] [kwɪk] [help] . — [ɪn] [ˈmeni] [ˈpleɪsɪz] [ɪn][ðə; ði] [ˈkʌntri] , [ɔː(r)] [wen] [aʊt] [ˈkæmpɪŋ] ,

The	Need	of	Quick	Help	.	—	In	many	places	in	the	country	,	or	when	out	camping	,
这	需要	的	快的	帮助	.	—	在	许多	地方	在	这	国家	,	或者	什么时候	出去	野营	,

急需帮助——在全国许多地方，或者外出露营时，

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][ɪmˈpɒsəb(ə)l][tuː; tə][get][ə; eɪ][ˈdɒktə(r)][ɪn] [les] [ðæn; ðən] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [ˈaʊəz] .

it	is	impossible	to	get	a	doctor	in	less	than	two	or	three	hours	.
它	是	不可能的	到	得到	一个	医生	在	较少的	比	二	或者	三	小时	.

两三个小时内不可能见到医生。

[ənˈles] [sʌm; səm][wʌn][æt; ət][hænd][kæn; kən] [gɪv] [eɪd] [bɪˈfɔː(r)] [ðə; ði]['dɒktə(r)] ['kɒmz] ,

Unless	some	one	at	hand	can	give	aid	before	the	doctor	comes	,
除非	一些	一	在	手	能	给	援助	前	这	医生	来	,

除非有人能在医生到来之前提供帮助，

[mʌtʃ] ['sʌfərɪŋ] [ænd; ənd]['iːv(ə)n] [deθ] [meɪ] [rɪˈzʌlt] [wen] [ə; eɪ]['sɪmp(ə)l]['æksɪdənt] [əˈkɜːz] .

much	suffering	and	even	death	may	result	when	a	simple	accident	occurs	.
很多	痛苦	和	甚至	死亡	可能	结果	什么时候	一个	简单的	事故	发生	.

即使是简单的意外事故，也可能造成巨大的痛苦甚至死亡。

[fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['riːz(ə)n] ['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [nəʊ] [haʊ] [tuː; tə] [help] [ɪn] [keɪs] [ɒv; əv] [sʌtʃ] ['æksɪdənts]

For	this	reason	every	one	should	know	how	to	help	in	case	of	such	accidents
为了	这	原因	每一个	一	应该	知道	如何	到	帮助	在	案件	的	这样的	事故

[æz; əz] [bɜːnz] ,

as	burns	,
作为	烧伤	,

因此，每个人都应该知道如何在发生烧伤等意外事故时提供帮助。

['bliːdɪŋ] , ['tʃəʊkɪŋ] , [ænd; ənd] ['sʌnstrəʊk] .

bleeding	,	choking	,	and	sunstroke	.
出血	,	窒息	,	和	中暑	.

出血、窒息和中暑。

['kləʊðɪŋ] [ɒn]['faɪə(r)] . — ['tʃɪldrən] [ʃʊd; ʃəd]['nevə(r)] [pleɪ] [ə'baʊt] [æn; ən]['əʊpən]['faɪə(r)] .

Clothing	on	Fire	.	—	Children	should	never	play	about	an	open	fire	.
衣服	在	火	.	—	孩子们	应该	绝不	玩	关于	一个	打开	火	.

衣物着火——儿童绝不应该在明火附近玩耍。

[ə; eɪ]['sɪŋg(ə)l] [spɑːk] ['laɪtɪŋ] [ɒn][ə; eɪ] ['kɒtn] [dres] [meɪ] [kɔːz] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [bɜːst] ['ɪntuː][ə; eɪ] [bleɪz]

A	single	spark	lighting	on	a	cotton	dress	may	cause	it	to	burst	into	a	blaze
一个	单身的	火花	灯光	在	一个	棉布	裙子	可能	原因	它	到	爆裂	进入	一个	火焰

[səʊ] [ðæt] [wɪ'ðɪn] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [ðə; ði] [tʃaɪld] [ɪz] [ɪn'veləpt] [ɪn] [fleɪmz] .

so	that	within	a	few	minutes	the	child	is	enveloped	in	flames	.
所以	那	之内	一个	很少	分钟	这	孩子	是	被包裹	在	火焰	.

棉质连衣裙上哪怕只有一粒火星，都可能引发熊熊大火，几分钟之内，孩子就会被火焰吞噬。

[ðə; ði] ['kwɪkɪst] [weɪ] [tuː; tə] [pʊt] [aʊt] [sʌtʃ] [ə; eɪ]['faɪə(r)][ɪz][tuː; tə] [ræp] [ðə; ði] [tʃaɪld] [ɪn][ə; eɪ] ['blæŋkɪt] ,

The	quickest	way	to	put	out	such	a	fire	is	to	wrap	the	child	in	a	blanket	,
这	最快	方式	到	放	出去	这样的	一个	火	是	到	裹	这	孩子	在	一个	毯子	,

扑灭这种火最快的办法是用毯子把孩子裹起来。

[ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] ['kɑːpɪt] , [ə; eɪ] [kəʊt] , [ɔː(r)] ['eni] [pɑːt] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] ['kləʊðɪŋ] ['kwɪkli] [rɪ'muːvd] .

a	piece	of	carpet	,	a	coat	,	or	any	part	of	your	clothing	quickly	removed	.
一个	片	的	地毯	,	一个	外套	,	或者	任何	部分	的	你的	衣服	迅速地	已移除	.

一块地毯、一件外套或任何衣物的碎片被迅速移除。

[ɪf] ['nʌθɪŋ] [ɪz][æt; ət][hænd][tuː; tə] [ræp] [ðə; ði] ['sʌfərə(r)] [ɪn] ,

If	nothing	is	at	hand	to	wrap	the	sufferer	in	,
如果	没有什么	是	在	手	到	裹	这	患者	在	,

如果没有东西可以用来包裹伤者，

[rəʊl][hɪm]['əʊvə(r)][ænd; ənd]['əʊvə(r)][ɪn][ðə; ði][dɜːt][ɔː(r)] [wiːdz] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [fleɪmz] [ɑː(r); ə(r)] ['smʌðə] .

roll	him	over	and	over	in	the	dirt	or	weeds	until	the	flames	are	smothered	.
卷	他	超过	和	超过	在	这	污垢	或者	杂草	直到	这	火焰	是	窒息	.

将他反复翻滚在泥土或杂草中，直到火焰被扑灭。

[wen] [jɔː(r); jə(r)] ['kləʊðɪŋ] [ɪz][ɒn]['faɪə(r)] , [juː; jʊ][mʌst; məst][nɒt] [rʌn] ,

When	your	clothing	is	on	fire	,	you	must	not	run	,
什么时候	你的	衣服	是	在	火	,	你	必须	不是	跑步	,

当你的衣服着火时，千万不要跑。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ðɪs] [fænz][ðə; ði]['faɪə(r)][ænd; ənd] [meɪks] [ˌaɪ 'tiː] [bɜːn] .

because	this	fans	the	fire	and	makes	it	burn	.
因为	这	粉丝	这	火	和	制作	它	烧伤	.

因为这会火上浇油，让火势更加猛烈。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	184	]
[	页	-	]

[第184页]

[bɜːnz] [ænd; ənd][skɔːldz] . — [ɪf] [ðeə(r)][ɪz] ['kləʊðɪŋ] [ɒn][ðə; ði] [pɑːt] [bɜːnd] ,

Burns	and	Scalds	.	—	If	there	is	clothing	on	the	part	burned	,
烧伤	和	烫伤	.	—	如果	那里	是	衣服	在	这	部分	烧伤	,

烧伤和烫伤——如果烧伤部位有衣物遮盖，

[ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['teɪkən] [ɒf] ['sləʊli] [səʊ][æz; əz][nɒt][tuː; tə][teə(r); tɪə][ðə; ði][skɪn] .

it	should	be	taken	off	slowly	so	as	not	to	tear	the	skin	.
它	应该	是	已采取	离开	缓慢地	所以	作为	不是	到	撕	这	皮肤	.

应该慢慢取下，以免撕裂皮肤。

[ɪf] [ðə; ði] ['kləʊðɪŋ] [stɪks] , [səʊk] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ɔɪl] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [gets] [luːs] .

If	the	clothing	sticks	,	soak	it	in	oil	a	few	minutes	until	it	gets	loose	.
如果	这	衣服	棍子	,	浸泡	它	在	油	一个	很少	分钟	直到	它	获得	松动的	.

如果衣服粘住了，就把它浸泡在油里几分钟，直到它松动为止。

['kʌvə(r)] [ðə; ði] [bɜːnd] [pɑːt] [æz; əz] ['kwɪkli] [æz; əz] ['pɒsəb(ə)l] [wɪð] ['væsəliːn] [ɔː(r)] [ə; eɪ] [kliːn] [klɒθ]

Cover	the	burned	part	as	quickly	as	possible	with	vaseline	or	a	clean	cloth
覆盖	这	烧伤	部分	作为	迅速地	作为	可能的	和	凡士林	或者	一个	干净的	布

[səʊkt] [ɪn] [ə; eɪ] [kwɔːt] [ɒv; əv] [bɔɪld] ['wɔːtə(r)] [kən'teɪnɪŋ] [ə; eɪ] [kʌp] [ɒv; əv] ['wɒʃɪŋ] ['səʊdə] .

soaked	in	a	quart	of	boiled	water	containing	a	cup	of	washing	soda	.
浸泡过	在	一个	夸脱	的	煮沸	水	包含	一个	杯子	的	洗涤	苏打	.

尽快用凡士林或浸泡在一夸脱沸水（加入一杯洗涤碱）中的干净布覆盖烧焦的部位。

[let] ['nʌθɪŋ] ['dɜːti] [tʌtʃ] [ðə; ði] [bɜːnd] ['sɜːfɪs] [ænd; ənd] [kiːp] [ˌaɪ 'tiː] [wel] [ræpt] .

Let	nothing	dirty	touch	the	burned	surface	and	keep	it	well	wrapped	.
让	没有什么	肮脏的	触碰	这	烧伤	表面	和	保持	它	出色地	包装	.

不要让任何脏东西接触烧焦的表面，并用保鲜膜包裹好。

['bliːdɪŋ] . — [ə; eɪ] ['pɜːs(ə)n] [kæn; kən] [luːz] [ə; eɪ] [kwɔːt] [ɒv; əv] [blʌd] [wɪ'ðaʊt] ['deɪndʒə(r)] [ɒv; əv] [deθ]

Bleeding	.	—	A	person	can	lose	a	quart	of	blood	without	danger	of	death
出血	.	—	一个	人	能	失去	一个	夸脱	的	血	没有	危险	的	死亡

[ænd; ənd] [meɪ] [lɪv; laɪv] ['ɑːftə(r)] [mɔː(r)] [ðæn; ðən] [tuː] [kwɔːts] [hæv; həv] [biːn] [lɒst] ,

and	may	live	after	more	than	two	quarts	have	been	lost	,
和	可能	居住	后	更多的	比	二	夸脱	有	到过	丢失的	,

出血——一个人失血一夸脱（约950毫升）不会有生命危险，失血超过两夸脱（约1.9升）也可能存活。

[bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [waɪz] [tuː; tə] [traɪ] [tuː; tə] [stɒp] ['eni] [fləʊ] [ɒv; əv] [blʌd] [æz; əz] ['kwɪkli] [æz; əz] ['pɒsəb(ə)l] .

but	it	is	wise	to	try	to	stop	any	flow	of	blood	as	quickly	as	possible	.
但	它	是	明智的	到	尝试	到	停止	任何	流动	的	血	作为	迅速地	作为	可能的	.

但明智的做法是尽快止住血液流动。

['taɪɪŋ] [ə; eɪ] [kliːn] [klɒθ] ['fəʊldɪd] ['sevrəl] [taɪmz] ['əʊvə(r)] [ðə; ði] [kʌt] [wɪl] [ɪn] [məʊst] [keɪsɪz] [stɒp] [ðə; ði] [fləʊ]

Tying	a	clean	cloth	folded	several	times	over	the	cut	will	in	most	cases	stop	the	flow
捆绑	一个	干净的	布	折叠	一些	时代	超过	这	切	将要	在	最多	案例	停止	这	流动

.

:

.

用干净的布折叠几层后敷在伤口上，大多数情况下都能止血。

[ðɪs] [wɪl] [help] [ə; eɪ] [klɒt] [tuː; tə] [fɔːm] [ænd; ənd] [wɪl] ['ɔːlsəʊ] [kləʊz] [ðə; ði] [endz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [kʌt] ['ves(ə)lz]

This	will	help	a	clot	to	form	and	will	also	close	the	ends	of	the	cut	vessels
这	将要	帮助	一个	凝块	到	形式	和	将要	还	关闭	这	结束	的	这	切	船只

[ɪf] [ðə; ði] ['bændɪdʒ] [ɪz] ['twɪstɪd] [taɪt] [wɪð] [ə; eɪ] [stɪk] .

if	the	bandage	is	twisted	tight	with	a	stick	.
如果	这	绷带	是	扭曲	紧的	和	一个	戳	.

这样有助于形成血凝块，如果用棍子将绷带拧紧，还可以封闭切开的血管末端。

[ɪf] [ðə; ði] [kʌt] [ɪz] [ɒn] [ə; eɪ] [lɪm] [ænd; ənd] [ðə; ði] [blʌd] ['kɒmz] [aʊt] [ɪn] [spɜːt] ,

If	the	cut	is	on	a	limb	and	the	blood	comes	out	in	spurts	,
如果	这	切	是	在	一个	肢	和	这	血	来	出去	在	喷涌	,

如果伤口在四肢上，血液呈喷涌状流出，

[ə; eɪ] ['bændɪdʒ] [taɪd] [ə'baʊt] [ðə; ði] [lɪm] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [kʌt] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['bɒdi] [meɪ] [biː; bi] ['twɪstɪd]

a	bandage	tied	about	the	limb	between	the	cut	and	the	body	may	be	twisted
一个	绷带	系	关于	这	肢	之间	这	切	和	这	身体	可能	是	扭曲

[taɪt] [wɪð] [ə; eɪ] [stɪk] [səʊ] [æz; əz] [tuː; tə] [pres] [ə'pɒn] [ðə; ði] ['ɑːtəri] [ænd; ənd] [kləʊz] [ˌaɪ 'tiː] .

tight	with	a	stick	so	as	to	press	upon	the	artery	and	close	it	.
紧的	和	一个	戳	所以	作为	到	按	之上	这	动脉	和	关闭	它	.

将绷带绑在伤口和身体之间的肢体上，用棍子将其拧紧，以压迫动脉并将其封闭。

[ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [wʊd] [ɔː(r)]['fəʊldɪd] [klɒθ] [pleɪst] ['əʊvə(r)][ðə; ði] ['ɑːtəri] ['ʌndə(r)][ðə; ði] ['bændɪdʒ] [bɪ'fɔː(r)]

A	piece	of	wood	or	folded	cloth	placed	over	the	artery	under	the	bandage	before
一个	片	的	木头	或者	折叠	布	放置	超过	这	动脉	在下面	这	绷带	前

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['taɪt(ə)nd] [ɪz]['helpf(ə)l] .

it	is	tightened	is	helpful	.
它	是	收紧	是	有帮助	.

在绷带收紧之前，在动脉上放一块木头或折叠的布，放在绷带下面，会有帮助。

['nəʊzbliːd] . — [sʌm; səm] [p'ɜːsənz] [ɑː(r); ə(r)] ['trʌbld] ['friːkwəntli] [wɪð] ['bliːdɪŋ] [frɒm; frəm][ðə; ði]

Nosebleed	.	—	Some	persons	are	troubled	frequently	with	bleeding	from	the
鼻血	.	—	一些	人	是	麻烦	频繁地	和	出血	从	这

[nəʊz] .

nose	.
鼻子	.

流鼻血——有些人经常受到鼻出血的困扰。

[ðə; ði] [liːst] [nɒk] [meɪ] [kɔːz] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə] [bliːd] [fɔː(r); fə(r)][mɔː(r)][ðæn; ðən][æn; ən]['aʊə(r)] .

The	least	knock	may	cause	it	to	bleed	for	more	than	an	hour	.
这	至少	敲	可能	原因	它	到	流血	为了	更多的	比	一个	小时	.

哪怕最轻微的碰撞都可能导致它出血超过一个小时。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] ['dʒen(ə)rəli][biː; bi] [stɒpt] [wɪ'ðaʊt] ['sendɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ]['dɒktə(r)] .

It	may	generally	be	stopped	without	sending	for	a	doctor	.
它	可能	一般来说	是	停止	没有	发送	为了	一个	医生	.

一般情况下无需就医即可停止治疗。

[sɪt] [ʌp] [streɪt] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ði] [blʌd] [aʊt] [ɒv; əv][ðə; ði] [hed]

Sit	up	straight	to	keep	the	blood	out	of	the	head
坐	向上	直的	到	保持	这	血	出去	的	这	头

坐直，防止血液流向头部

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	Pg	185	]
[	页	-	]

[第185页]

[ænd; ənd] [pres] [ðə; ði] ['mɪd(ə)l] [pɑːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [nəʊz] ['fɜːmli] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] ['fɪŋgəz] .

and	press	the	middle	part	of	the	nose	firmly	between	the	fingers	.
和	按	这	中间	部分	的	这	鼻子	牢牢	之间	这	手指	.

用手指用力按压鼻子的中间部分。

[ə'plaɪ] [ə; eɪ][kəʊld] [wet] [klɒθ] [ɔː(r)][ə; eɪ] [lʌmp] [ɒv; əv][aɪs] [ræpt] [ɪn][ə; eɪ] [klɒθ] [tuː; tə][ðə; ði] [bæk] [ɒv; əv]

Apply	a	cold	wet	cloth	or	a	lump	of	ice	wrapped	in	a	cloth	to	the	back	of
申请	一个	寒冷的	湿的	布	或者	一个	块	的	冰	包装	在	一个	布	到	这	后退	的

[ðə; ði] [nek] .

the	neck	.
这	脖子	.

将冰凉的湿毛巾或用布包裹的冰块敷在颈后。

[pʊt] [ə; eɪ][bæg][ɒv; əv] ['paʊndɪd] [aɪs] [ɒn][ðə; ði] [ruːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [nəʊz] .

Put	a	bag	of	pounded	ice	on	the	root	of	the	nose	.
放	一个	包	的	猛击	冰	在	这	根	的	这	鼻子	.

将一袋捣碎的冰块敷在鼻根部。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt] [stɒp] [ɪn][ə; eɪ][hɑːf]['aʊə(r)] ,

If	it	does	not	stop	in	a	half	hour	,
如果	它	做	不是	停止	在	一个	一半	小时	,

如果半小时内没有停止，

[wet] [ə; eɪ] [sɒft] [ræg][ɔː(r)][ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] ['kɒtn] [wɪð] [kəʊld] [tiː] [ɔː(r)]['æləm]['wɔːtə(r)][ænd; ənd] [pʊt]

wet	a	soft	rag	or	a	piece	of	cotton	with	cold	tea	or	alum	water	and	put
湿的	一个	柔软的	抹布	或者	一个	片	的	棉布	和	寒冷的	茶	或者	明矾	水	和	放

[ˌaɪ 'tiː]['dʒentli]['ɪntuː][ðə; ði] ['bliːdɪŋ] ['nɒstrəl][səʊ][æz; əz][tuː; tə] [ɪn'taɪəli] [kləʊz] [ˌaɪ 'tiː] .

it	gently	into	the	bleeding	nostril	so	as	to	entirely	close	it	.
它	轻轻地	进入	这	出血	鼻孔	所以	作为	到	完全	关闭	它	.

用冷茶水或明矾水浸湿一块软布或棉花，轻轻塞入流血的鼻孔，使其完全闭合。

[duː; də] [nɒt] [bləʊ] [ðə; ði] [nəʊz] [fɔː(r); fə(r)] ['sevrəl] ['aʊəz] ['ɑːftə(r)][ðə; ði] ['bliːdɪŋ] [hæz; həz] [stɒpt] [æz; əz]

Do	not	blow	the	nose	for	several	hours	after	the	bleeding	has	stopped	as
做	不是	吹	这	鼻子	为了	一些	小时	后	这	出血	有	停止	作为

[ðɪs] [meɪ] [stɑːt] [ˌaɪ 'tiː] [ə'gen] .

this	may	start	it	again	.
这	可能	开始	它	再次	.

鼻出血停止后几个小时内不要擤鼻涕，否则可能会导致再次出血。

['feɪntɪŋ] . — ['feɪntɪŋ] [meɪ] [biː; bi] [kɔːzd] [baɪ][bæd][eə(r)] , [æn; ən] [ˌəʊvə'hiːtɪd] [ruːm] , [baɪ][fɪə(r)] , [ɔː(r)]

Fainting	.	—	Fainting	may	be	caused	by	bad	air	,	an	overheated	room	,	by	fear	,	or
昏厥	.	—	昏厥	可能	是	导致	经过	坏的	空气	,	一个	过热	房间	,	经过	害怕	,	或者

[baɪ][sʌm; səm]['ʌðə(r)] [ɪk'saɪtmənt] .

by	some	other	excitement	.
经过	一些	其他	激动	.

晕厥——晕厥可能是由空气污浊、房间过热、恐惧或其他刺激引起的。

[ə; eɪ] ['feɪntɪŋ] ['pɜːs(ə)n] [fɔːls] [daʊn] [ænd; ənd] [ə'pɪəz] [tuː; tə][biː; bi] [ə'sliːp] .

A	fainting	person	falls	down	and	appears	to	be	asleep	.
一个	昏厥	人	瀑布	向下	和	出现	到	是	睡着了	.

一个昏厥的人倒地后看起来像睡着了。

[ðə; ði] [lɪps] [ɑː(r); ə(r)] [peɪl] [ænd; ənd] [ðeə(r)] [meɪ] [biː; bi][kəʊld] [swet] [ɒn] [ðə; ði]['fɔːhed; 'fɒrɪd] .

The	lips	are	pale	and	there	may	be	cold	sweat	on	the	forehead	.
这	嘴唇	是	苍白	和	那里	可能	是	寒冷的	汗	在	这	前额	.

嘴唇苍白，额头上可能会冒冷汗。

[ðeə(r)] [ɪz] [tuː] ['lɪt(ə)l] [blʌd] [ɪn][ðə; ði] [breɪn] , [ænd; ənd][ðə; ði] [hɑːt] [ɪz] [wiːk] .

There	is	too	little	blood	in	the	brain	,	and	the	heart	is	weak	.
那里	是	也	小的	血	在	这	脑	,	和	这	心	是	虚弱的	.

大脑供血不足，心脏虚弱。

[ə; eɪ] ['feɪntɪŋ] ['pɜːs(ə)n] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [leɪd] [flæt] [ɒn] [ðə; ði] [flɔː(r)] [ɔː(r)] [ɒn] [ə; eɪ] [kaʊtʃ] ,

A	fainting	person	should	be	laid	flat	on	the	floor	or	on	a	couch	,
一个	昏厥	人	应该	是	铺设	平坦的	在	这	地面	或者	在	一个	长椅	,

昏厥者应平躺在地板上或沙发上。

[ænd; ənd] [ɔːl] [dɔːz] [ænd; ənd] ['wɪndəʊz] ['əʊpənd] [waɪd] .

and	all	doors	and	windows	opened	wide	.
和	全部	门	和	视窗	打开	宽的	.

所有门窗都敞开着。

['luːs(ə)n] [ɔːl] [taɪt] ['kləʊðɪŋ] [ænd; ənd] [ə'plaɪ] [tuː; tə][ðə; ði]['fɔːhed; 'fɒrɪd][ə; eɪ] [klɒθ] [wet] [wɪð] [kəʊld] ['wɔːtə(r)] .

Loosen	all	tight	clothing	and	apply	to	the	forehead	a	cloth	wet	with	cold	water	.
松开	全部	紧的	衣服	和	申请	到	这	前额	一个	布	湿的	和	寒冷的	水	.

解开所有紧身衣物，用冷水浸湿的毛巾敷在额头上。

[ə; eɪ] [feɪnt] ['juːʒuəli; 'juːʒəli] [lɑːsts] ['əʊnli][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] .

A	faint	usually	lasts	only	a	few	minutes	.
一个	头晕的	通常	持续时间	仅有的	一个	很少	分钟	.

晕厥通常只会持续几分钟。

['sʌnstrəʊk] . — [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] [wɪð] ['sʌnstrəʊk] [bɪ'kʌmz] ['gɪdi] , [sɪk] [æt; ət][ðə; ði] ['stʌmək] , [ænd; ənd]

Sunstroke	**.**	**—**	**A**	**person**	**with**	**sunstroke**	**becomes**	**giddy**	**,**	**sick**	**at**	**the**	**stomach**	**,**	**and**
中暑	.	—	一个	人	和	中暑	变成	头晕	,	生病的	在	这	胃	,	和

[wiːk] .

weak	**.**
虚弱的	.

中暑——中暑的人会感到头晕、恶心、虚弱。

[hiː; hi] [ðen] [gets] ['draʊzi] [ænd; ənd] [meɪ] [siːm] [æz; əz] [ɪf] [ə'sliːp] , [bʌt; bət][hiː; hi] ['kænɒt] [biː; bi]

He	**then**	**gets**	**drowsy**	**and**	**may**	**seem**	**as**	**if**	**asleep**	**,**	**but**	**he**	**cannot**	**be**
他	然后	获得	昏昏欲睡	和	可能	似乎	作为	如果	睡着了	,	但	他	不能	是

[ə'raʊzd] .

aroused	**.**
被唤醒	.

然后他会变得昏昏欲睡，看起来像睡着了一样，但却无法被唤醒。

[ðə; ði] [skɪn] [ɪz] [hɒt] [ænd; ənd] [draɪ] [ɪn'sted] [ɒv; əv] ['biːɪŋ] [kəʊld][ænd; ənd] [peɪl] , [æz; əz][ɪn] ['feɪntɪŋ] .

The	**skin**	**is**	**hot**	**and**	**dry**	**instead**	**of**	**being**	**cold**	**and**	**pale**	**,**	**as**	**in**	**fainting**	**.**
这	皮肤	是	热的	和	干燥	反而	的	存在	寒冷的	和	苍白	,	作为	在	昏厥	.

皮肤发热干燥，而不是像昏厥时那样冰冷苍白。

[ðə; ði]['dɒktə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [sent] [fɔː(r); fə(r)][æt; ət] [wʌns] .

The	**doctor**	**should**	**be**	**sent**	**for**	**at**	**once**	**.**
这	医生	应该	是	发送	为了	在	一次	.

应该立即请医生过来。

[ðə; ði] [fɜːst] [eɪd] [fɔː(r); fə(r)] ['sʌnstrəʊk] [ɪz] [tuː; tə] [pʊt] [ðə; ði]['peɪʃ(ə)nt][ɪn]

The	**first**	**aid**	**for**	**sunstroke**	**is**	**to**	**put**	**the**	**patient**	**in**
这	第一的	援助	为了	中暑	是	到	放	这	病人	在

中暑的急救措施是将患者置于.....

[[ˌpiː 'dʒiː] -]

[	**Pg**	**186**	**]**
[	页	-	]

[第186页]

[ə; eɪ] [kuːl] ['selə(r)][ɔː(r)][æn; ən] ['aɪshaʊs] , [reɪz] [ðə; ði] [hed] , [ænd; ənd] [wet] [ðə; ði] [hed] , [nek] ,

a	**cool**	**cellar**	**or**	**an**	**icehouse**	**,**	**raise**	**the**	**head**	**,**	**and**	**wet**	**the**	**head**	**,**	**neck**	**,**
一个	凉爽的	地窖	或者	一个	冰窖	,	增加	这	头	,	和	湿的	这	头	,	脖子	,

到凉爽的地窖或冰窖里，抬起头，弄湿头部和脖子，

[ænd; ənd] [bæk] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʃest] [wɪð] [kəʊld]['wɔːtə(r)] .

and	**back**	**of**	**the**	**chest**	**with**	**cold**	**water**	**.**
和	后退	的	这	胸部	和	寒冷的	水	.

用冷水冲洗胸后部。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][hiː; hi]['weikən] [pʊt] [hɪm] [ɪn][ə; eɪ] [kuːl] [ruːm] .

As	**soon**	**as**	**he**	**wakens**	**put**	**him**	**in**	**a**	**cool**	**room**	**.**
作为	很快	作为	他	醒来	放	他	在	一个	凉爽的	房间	.

他醒来后立刻把他放到凉爽的房间里。

['frɒstbaɪt] . — [wen] [aʊt] [ɪn] ['veri] [kəʊld] ['weðə(r)] , [ðə; ði] [end] [ɒv; əv][ðə; ði] [nəʊz] , [ðə; ði] [tɪps] [ɒv; əv]

Frostbite	**.**	**—**	**When**	**out**	**in**	**very**	**cold**	**weather**	**,**	**the**	**end**	**of**	**the**	**nose**	**,**	**the**	**tips**	**of**
冻疮	.	—	什么时候	出去	在	非常	寒冷的	天气	,	这	结尾	的	这	鼻子	,	这	尖端	的

[ðə; ði] [ɪəz] ,

the	**ears**	**,**
这	耳朵	,

冻伤——在极寒天气下，鼻尖、耳尖等部位容易冻伤。

[ænd; ənd][ðə; ði] [təʊz] [ænd; ənd] ['fɪŋgəz] [ɑː(r); ə(r)] ['sʌmtaɪmz] ['frəʊz(ə)n] .

and	**the**	**toes**	**and**	**fingers**	**are**	**sometimes**	**frozen**	**.**
和	这	脚趾	和	手指	是	有时	冷冻	.

脚趾和手指有时会冻僵。

[ɪf] [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] ['kɒmz] ['ɪntuː][ə; eɪ] [wɔːm] [ruːm] , [ðiːz] ['frəʊz(ə)n] [pɑːts] [wɪl] [gɪv] [mʌtʃ] [peɪn] .

If	a	person	comes	into	a	warm	room	,	these	frozen	parts	will	give	much	pain	.
如果	一个	人	来	进入	一个	温暖的	房间	,	这些	冷冻	部分	将要	给	很多	疼痛	.

如果一个人进入温暖的房间，这些冻伤的部位会带来剧烈的疼痛。

[ðə; ðɪ] [pɑːts] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [rʌbd] [wɪð] [snəʊ] [ɔː(r)] [aɪs] ['wɔːtə(r)] [ʌn'tɪl] [ə; eɪ] ['tɪŋglɪŋ] [sen'seɪʃ(ə)n] [ɪz] [felt] .

The	parts	should	be	rubbed	with	snow	or	ice	water	until	a	tingling	sensation	is	felt	.
这	部分	应该	是	摩擦	和	雪	或者	冰	水	直到	一个	刺痛感	感觉	是	毛毡	.

用雪或冰水摩擦患处，直到感觉到刺痛感。

[breɪks] [ɪn] [ðə; ðɪ] [skɪn] . — [ə; eɪ] [smɔːl] [kʌt] [ɔː(r)] [teə(r); tɪə] [ɪn] [ðə; ðɪ] [skɪn] [meɪ] [bɪ'kʌm] ['veri] [sɔː(r)]

Breaks	in	the	Skin	.	—	A	small	cut	or	tear	in	the	skin	may	become	very	sore
休息	在	这	皮肤	.	—	一个	小的	切	或者	撕	在	这	皮肤	可能	变得	非常	疮

[ænd; ənd] [kɔːz] [mʌtʃ] ['trʌb(ə)l] [ɪf] [nɒt] [kɛəd] [fɔː(r); fə(r)] [səʊ] [æz; əz] [tuː; tə] [kiːp] [ðə; ðɪ] [dʒɜːrmz] [aʊt] .

and	cause	much	trouble	if	not	cared	for	so	as	to	keep	the	germs	out	.
和	原因	很多	麻烦	如果	不是	关心	为了	所以	作为	到	保持	这	细菌	出去	.

皮肤破损——皮肤上的小伤口或撕裂伤如果不及时处理以防止细菌入侵，可能会变得非常疼痛并造成很多麻烦。

[ɪf] [ðeə(r)] [ɪz] [dɜːt] [ɪn] [ðə; ðɪ] [wuːnd] ,

If	there	is	dirt	in	the	wound	,
如果	那里	是	污垢	在	这	伤口	,

如果伤口里有污垢，

[æz; əz] [wen] [meɪd] [wɪð] [ə; eɪ] ['rʌsti] [neɪl] [ɔː(r)] [baɪ] [ðə; ðɪ] [baɪt] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [dɒg] ,

as	when	made	with	a	rusty	nail	or	by	the	bite	of	a	dog	,
作为	什么时候	制成	和	一个	生锈的	指甲	或者	经过	这	咬	的	一个	狗	,

例如用生锈的钉子钉住或被狗咬伤时形成的伤口

[ˌaɪ 'tiː] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [skwiːzd] [ænd; ənd] [wɒʃt] [wɪð] [bɔɪld] ['wɔːtə(r)] [tuː; tə] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] ['pɜːfɪktli] [kliːn] .

it	should	be	squeezed	and	washed	with	boiled	water	to	make	it	perfectly	clean	.
它	应该	是	挤压	和	洗过	和	煮沸	水	到	制作	它	完美	干净的	.

应该拧干，然后用开水冲洗，使其彻底干净。

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [ðen] [biː; bi] [baʊnd] [ʌp] [ɪn] [ə; eɪ] [kliːn] [klɒθ] .

It	may	then	be	bound	up	in	a	clean	cloth	.
它	可能	然后	是	边界	向上	在	一个	干净的	布	.

然后可以用干净的布包起来。

[ə; eɪ] ['lɪt(ə)l] ['tɜːpəntaɪn] [pɔː] [ɒn] [ðə; ðɪ] [wuːnd] [wɪl] [help] [kɪl] [ðə; ðɪ] [dʒɜːrmz] [wɪtʃ] [meɪ] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [sɔː(r)] .

A	little	turpentine	poured	on	the	wound	will	help	kill	the	germs	which	may	make	it	sore	.
一个	小的	松节油	倾倒	在	这	伤口	将要	帮助	杀	这	细菌	哪个	可能	制作	它	疮	.

在伤口上倒一点松节油有助于杀死可能引起疼痛的细菌。

[ɪf] [ðə; ðɪ] [dɒg] [ɪz] [θɔːt] [tuː; tə] [biː; bi] [mæd] [ɔː(r)] [ðə; ðɪ] [wuːnd] [ɪz] [tuː] [diːp] [tuː; tə] [biː; bi] ['iːzəli] [wɒʃt] [aʊt] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] ['bɒtəm] ,

If	the	dog	is	thought	to	be	mad	or	the	wound	is	too	deep	to	be	easily	washed	out	to	the	bottom	,
如果	这	狗	是	想法	到	是	疯狂的	或者	这	伤口	是	也	深的	到	是	容易地	洗过	出去	到	这	底部	,

如果怀疑狗疯了，或者伤口太深难以彻底清洗干净，

[ə; eɪ] ['dɒktə(r)] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [kɔːld] .

a	doctor	should	be	called	.
一个	医生	应该	是	称为	.

应该请医生来。

['sneɪkbaɪt] . — [ðə; ði] ['skrætʃɪz] [meɪd] [baɪ][ðə; ði]['lɪt(ə)l] [tiːθ] [ɒv; əv][məʊst] [sneɪks] , [sʌtʃ] [æz; əz][ðə; ði]
Snakebite . — The scratches made by the little teeth of most snakes , such as the
蛇咬伤 . — 这 划痕 制成 经过 这 小的 牙齿 的 最多 蛇 , 这样的 作为 这
[mɪlk] [sneɪk] ,
milk snake ,
牛奶 蛇 ,

蛇咬伤——指大多数蛇类（例如奶蛇）的小牙齿造成的划痕。

['gɑːtə(r)] [sneɪk] , [ænd; ənd] [blæk] [sneɪk] , [duː; də][nəʊ][mɔː(r)] [hɑːm] [ðæn; ðən][ðə; ði] [skrætʃ] [ɒv; əv][ə; eɪ]
garter snake , and black snake , do no more harm than the scratch of a
袜带 蛇 , 和 黑色的 蛇 , 做 不 更多的 伤害 比 这 划痕 的 一个
[pɪn] .
pin .
别针 .

束带蛇和黑蛇造成的伤害，不过是被针划一下而已。

[ðə; ði] ['kɒpəhed] , [ðə; ði] ['sʌðən] ['mɒkəsɪn] ,
The copperhead , the southern moccasin ,
这 铜头蛇 , 这 南部 鹿皮鞋 ,

铜头蝮蛇，南方水蝮蛇，

[ænd; ənd][ðə; ði] ['rætlsneɪk] [hæv; həv][ə; eɪ][peə(r)][ɒv; əv] [lɒŋ] [tiːθ] [kɔːld] [fæŋz] [ɪn][ðə; ði] ['ʌpə(r)] [dʒɔː] .
and the rattlesnake have a pair of long teeth called fangs in the upper jaw .
和 这 响尾蛇 有 一个 一对 的 长的 牙齿 称为 獠牙 在 这 上 颚 .

响尾蛇上颚有一对长长的牙齿，称为毒牙。

[ðiːz] [tiːθ] [hæv; həv]
These teeth have
这些 牙齿 有

这些牙齿有

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 187]
[页 -]

[第187页]

['lɪt(ə)l][kə'nælz][ɪn][ðem; ðəm] [θruː] [wɪtʃ] [ðə; ði] [sneɪk] ['presɪz] ['pɔɪz(ə)n]['ɪntuː][ðə; ði][baɪt] .
little canals in them through which the snake presses poison into the bite .
小的 运河 在 他们 通过 哪个 这 蛇 出版社 毒 进入 这 咬 .

它们体内有许多细小的通道，蛇可以通过这些通道将毒液注入伤口。

[fɪg] .
Fig .
如图 .

如图。

- — ['fəʊtəgrɑːf] [ɒv; əv][ə; eɪ] ['kɒpəhed] [sneɪk] [huː] [baɪt] [meɪ] [kɔːz] [deθ] .
98 — Photograph of a copperhead snake whose bite may cause death .
- — 照片 的 一个 铜头蛇 蛇 谁 咬 可能 原因 死亡 .

98 —一张铜头蛇的照片，这种蛇的咬伤可能致命。

[ɪf] [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n][ɪz] ['bɪtn] [baɪ][wʌn][ɒv; əv] [ðiːz] [sneɪks] ,
If a person is bitten by one of these snakes ,
如果 一个 人 是 被咬 经过 一 的 这些 蛇 ,

如果有人被这些蛇咬伤，

[ðə; ði]['dɒktə(r)][mʌst; məst][biː; bi][sent][fɔː(r); fə(r)][ænd; ənd][help]['gɪv(ə)n][æt; ət][wʌns] .
the doctor must be sent for and help given at once .
这 医生 必须 是 发送 为了 和 帮助 给定 在 一次 .

必须立即请医生来救治。

[pʊt] [ə; eɪ] ['bændɪdʒ] [ə'bʌv] [ðə; ði] [baɪt] [ænd; ənd] [twɪst] [ˌaɪ 'tiː] [taɪt] [wɪð] [ə; eɪ] [stɪk] .

Put	a	bandage	above	the	bite	and	twist	it	tight	with	a	stick	.
放	一个	绷带	多于	这	咬	和	捻	它	紧的	和	一个	戳	.

在咬伤处上方贴上绷带，用棍子将其拧紧。

[meɪk] [tuː] [ɔː(r)] [θriː] [diːp] [kʌts] ['ɪntuː] [ðə; ði] ['bɪtn] [pleɪs] [tuː; tə] [let] [aʊt] [ðə; ði] ['pɔɪz(ə)nd] [blʌd] .

Make	two	or	three	deep	cuts	into	the	bitten	place	to	let	out	the	poisoned	blood	.
制作	二	或者	三	深的	削减	进入	这	被咬	地方	到	让	出去	这	中毒	血	.

在被咬伤的地方切两三刀深，以便放出毒血。

[sʌk] [ðə; ði] [wuːnd] [tuː; tə] [drɔː] [aʊt] [ðə; ði] ['pɔɪz(ə)n] [ænd; ənd] [ə'plaɪ] [ə'məʊniə] .

Suck	the	wound	to	draw	out	the	poison	and	apply	ammonia	.
吸	这	伤口	到	画	出去	这	毒	和	申请	氨	.

吸出伤口中的毒液，然后涂抹氨水。

['tʃəʊkɪŋ] . — [ə; eɪ] [hɑːd] [piːs] [ɒv; əv] [miːt] , [ə; eɪ] [bəʊn] ,

Choking	.	—	A	hard	piece	of	meat	,	a	bone	,
窒息	.	—	一个	难的	片	的	肉	,	一个	骨	,

噎住。——一块硬肉、一根骨头，

[ɔː(r)] [ə; eɪ] [piːtʃ] [siːd] [meɪ] [slɪp] [bæk] ['ɪntuː] [ðə; ði] [θrəʊt] [ænd; ənd] [pres] [səʊ] [hɑːd] [ɒn] [ðə; ði]

or	a	peach	seed	may	slip	back	into	the	throat	and	press	so	hard	on	the
或者	一个	桃	种子	可能	滑	后退	进入	这	喉	和	按	所以	难的	在	这

['wɪndpaɪp] [æz; əz] [tuː; tə] [kʌt] [ɒf] [ðə; ði] [eə(r)] [frɒm; frəm] [ðə; ði] [lʌŋz] .

windpipe	as	to	cut	off	the	air	from	the	lungs	.
气管	作为	到	切	离开	这	空气	从	这	肺	.

或者桃核可能会滑回喉咙，用力压迫气管，导致肺部无法呼吸。

[ɪf] [ðə; ði] ['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt] [ɪz] [nɒt] [fɑː(r)] [bæk] [ɪn] [ðə; ði] [θrəʊt] ,

If	the	object	is	not	far	back	in	the	throat	,
如果	这	目的	是	不是	远的	后退	在	这	喉	,

如果异物不在喉咙深处，

[ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] [siːzd] [wɪð] [ðə; ði] [fɜːst] ['fɪŋgə(r)] .

it	may	be	seized	with	the	first	finger	.
它	可能	是	查获	和	这	第一的	手指	.

可以用食指抓住。

[ə; eɪ] [fjuː] [smɑːt] [slæps] [ɒn] [ðə; ði] ['ʌpə(r)] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [bæk] [waɪl] [ðə; ði] ['bɒdi] [ɪz] [bent] ['fɔːwəd]

A	few	smart	slaps	on	the	upper	part	of	the	back	while	the	body	is	bent	forward
一个	很少	聪明的	掌掴	在	这	上	部分	的	这	后退	尽管	这	身体	是	弯曲	向前

[meɪ] [draɪv] [ɪ'nʌf] [eə(r)] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] [tuː; tə] [pʊʃ] [ðə; ði] ['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt] ['aʊtwəd] .

may	drive	enough	air	out	of	the	lungs	to	push	the	object	outward	.
可能	驾驶	足够的	空气	出去	的	这	肺	到	推	这	目的	向外	.

身体前倾时，用力拍打背部上方几下，可能会使肺部空气排出，从而将物体推出。

['draʊnɪŋ] . — ['evri] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [lɜːn] [tuː; tə] [swɪm] [waɪl] [jʌŋ] , [bʌt; bət] [nəʊ] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd]

Drowning	.	—	Every	one	should	learn	to	swim	while	young	,	but	no	one	should
溺水	.	—	每一个	一	应该	学习	到	游泳	尽管	年轻的	,	但	不	一	应该

['ventʃə(r)] [ɪn] [diːp] ['wɔːtə(r)] .

venture	in	deep	water	.
风险投资	在	深的	水	.

溺水——每个人都应该从小学习游泳，但任何人都不应该冒险进入深水区。

['stɪf(ə)nɪŋ] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['mʌs(ə)lz] [kɔːld] [kræmps] ['ɒf(ə)n] ['kɔːzɪz] [ðə; ði] [best] ['swɪmə(r)] [tuː; tə] [draʊn] .

Stiffening	of	the	muscles	called	cramps	often	causes	the	best	swimmer	to	drown	.
刚度	的	这	肌肉	称为	痉挛	经常	原因	这	最好的	游泳运动员	到	溺水	.

肌肉痉挛导致的僵硬常常会导致游泳健将溺水。

['ɑːftə(r)] [ə; eɪ] ['pɜːs(ə)n] [hæz; həz] [biːn] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] ['wɔːtə(r)] [tuː] [ɔː(r)]

After	a	person	has	been	under	the	water	two	or
后	一个	人	有	到过	在下面	这	水	二	或者

一个人在水下待了两小时或

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 188]
[页 -]

[第188页]

[θriː] ['mɪnɪts] [hiː; hi] [ə'pɪəz] ['laɪfləs] .
three minutes he appears lifeless .
三 分钟 他 出现 无生命 .

三分钟后，他看起来毫无生气。

[hiː; hi] [meɪ] , [haʊ'evə(r)] , [biː; bi] [brɔːt] [tuː; tə] [laɪf] [ɪf] [leɪd] [feɪs] ['daʊnwəd] , [hɪz; ɪz] [kləʊðz] ['luːs(ə)nd]
He may , however , be brought to life if laid face downward , his clothes loosened
他 可能 , 然而 , 是 带来 到 生活 如果 铺设 脸 向下 , 他的 衣服 松动
,
,
,

然而，如果将他面朝下放置，解开他的衣服，他或许就能复活。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [lʌŋz] [meɪd] [tuː; tə] [briːð] .
and the lungs made to breathe .
和 这 肺 制成 到 呼吸 .

以及用于呼吸的肺。

[ə; eɪ] ['hevi] ['fəʊldɪd] [kəʊt] , [ə; eɪ] [piːs] [ɒv; əv] [sɒd] ,
A heavy folded coat , a piece of sod ,
一个 重的 折叠 外套 , 一个 片 的 草皮 ,

一件厚重的折叠外套，一块草皮，

[ɔː(r)] [ə; eɪ] [bʌntʃ] [ɒv; əv] [wiːdz] [ʃʊd; ʃəd] [biː; bi] [pʊt] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] [tʃest] .
or a bunch of weeds should be put under the chest .
或者 一个 束 的 杂草 应该 是 放 在下面 这 胸部 .

或者在箱子底下放一把杂草。

[ðen] ['stændɪŋ] [ə'straɪd] [ɒv; əv] [hɪm] [pleɪs] [ðə; ði] [hændz] [ɒn] [ðə; ði] ['ləʊə(r)] [rɪbz] [ænd; ənd] [bend] ['fɔːwəd]
Then standing astride of him place the hands on the lower ribs and bend forward
然后 常设 跨骑 的 他 地方 这 双手 在 这 降低 肋骨 和 弯曲 向前
['grædʒuəli] [səʊ] [æz; əz] [tuː; tə] [pres] [ɒn] [ðə; ði] [rɪbz] [ænd; ənd] [pʊʃ] [ðə; ði] [eə(r)] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] .
gradually so as to press on the ribs and push the air out of the lungs .
逐步地 所以 作为 到 按 在 这 肋骨 和 推 这 空气 出去 的 这 肺 .

然后跨坐在他身上，双手放在下肋骨上，慢慢向前弯腰，以便按压肋骨，将肺部的空气排出。

[ðen] ['streɪtn] [jɔː(r); jə(r)] ['bɒdi] [ænd; ənd] ['sləʊli] ['les(ə)n] ['preʃə(r)] [ɒn] [ðə; ði] ['peɪʃənts] [rɪbz] [səʊ] [ðæt]
Then straighten your body and slowly lessen pressure on the patient's ribs so that
然后 拉直 你的 身体 和 缓慢地 减少 压力 在 这 患者 肋骨 所以 那
[ðə; ði] [eə(r)] [wɪl] [rʌn] ['ɪntuː] [ðə; ði] [lʌŋz] .
the air will run into the lungs .
这 空气 将要 跑步 进入 这 肺 .

然后挺直身体，慢慢减轻对病人肋骨的压力，让空气流入肺部。

[ɪn] [ðɪs] [wei] [meɪk] [ðə; ði] [eə(r)] [gəʊ] [ɪn] [ænd; ənd] [aʊt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [lʌŋz] [ə'baʊt] [ˌfɪf'tiːn] [taɪmz] [iːtʃ]
In this way make the air go in and out of the lungs about fifteen times each
在 这 方式 制作 这 空气 去 在 和 出去 的 这 肺 关于 十五 时代 每个
['mɪnɪt] .
minute .
分钟 .

这样，空气每分钟就能进出肺部约十五次。

['pɔɪzənɪŋ] . — [wen'evə(r)] [ə; eɪ]['pɜːs(ə)n][hæz; həz]['teɪkən]['pɔɪz(ə)n] , [ə; eɪ] [fɪ'zɪʃ(ə)n] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][sent]

Poisoning	.	—	Whenever	a	person	has	taken	poison	,	a	physician	should	be	sent
中毒	.	—	每当	一个	人	有	已采取	毒	,	一个	医生	应该	是	发送

[fɔː(r); fə(r)][æt; ət][wʌns] .

for	at	once	.
为了	在	一次	.

中毒——一旦有人服毒，就应该立即请医生来诊治。

[ɪn][məʊst][keɪsɪz][æn; ən] ['efət] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [meɪd] [tuː; tə][get][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n][aʊt][ɒv; əv][ðə; ði] ['stʌmək]

In	most	cases	an	effort	should	be	made	to	get	the	poison	out	of	the	stomach
在	最多	案例	一个	努力	应该	是	制成	到	得到	这	毒	出去	的	这	胃

[baɪ] ['kɔːzɪŋ] ['vɒmɪtɪŋ] .

by	causing	vomiting	.
经过	导致	呕吐	.

大多数情况下，应该通过催吐将毒素从胃里排出。

[ə; eɪ] [glɑːs] [ɔː(r)] [tuː] [ɒv; əv] [wiːk] , [wɔːm] ['səʊpsʌdz] , [ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv]['wɔːtə(r)] [wɪð] [ə; eɪ]

A	glass	or	two	of	weak	,	warm	soapsuds	,	a	pint	of	water	with	a
一个	玻璃	或者	二	的	虚弱的	,	温暖的	肥皂泡	,	一个	品脱	的	水	和	一个

['teɪbl̩spuːnfʊl] [ɒv; əv] ['mʌstəd] ,

tablespoonful	of	mustard	,
一汤匙	的	芥末	,

一两杯淡而温热的肥皂水，一品脱水加一汤匙芥末，

[ɔː(r)][ə; eɪ] [glɑːs] [ɒv; əv]['wɔːtə(r)] [wɪð] [tuː] ['teibl,spuːnful] [ɒv; əv][sɔːlt] [meɪ] [biː; bi]['teɪkən][tuː; tə] [meɪk]

or	a	glass	of	water	with	two	tablespoonfuls	of	salt	may	be	taken	to	make
或者	一个	玻璃	的	水	和	二	汤匙	的	盐	可能	是	已采取	到	制作

[ðə; ði] ['stʌmək] [θrəʊ] [aʊt][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n] .

the	stomach	throw	out	the	poison	.
这	胃	扔	出去	这	毒	.

或者可以喝一杯加了两汤匙盐的水，让胃把毒物排出来。

['tɪk(ə)lɪŋ] [ðə; ði] [θrəʊt] [bæk] [ɒv; əv][ðə; ði] [tʌŋ] [wɪl] [help] [kɔːz] ['vɒmɪtɪŋ] .

Tickling	the	throat	back	of	the	tongue	will	help	cause	vomiting	.
挠痒痒	这	喉	后退	的	这	舌头	将要	帮助	原因	呕吐	.

轻挠喉咙和舌根可以帮助催吐。

[ɪf] [ə; eɪ] [strɒŋ] ['æsɪd] [sʌtʃ] [æz; əz] [kɑː'bɒlɪk] ['æsɪd][ɔː(r)][ə; eɪ] [strɒŋ] ['ælkəlaɪ] [sʌtʃ] [æz; əz] [ə'məʊniə]

If	a	strong	acid	such	as	carbolic	acid	or	a	strong	alkali	such	as	ammonia
如果	一个	强的	酸	这样的	作为	石炭酸	酸	或者	一个	强的	碱	这样的	作为	氨

[hæz; həz] [biːn] ['teɪkən] ,

has	been	taken	,
有	到过	已采取	,

如果服用了强酸（例如石炭酸）或强碱（例如氨水），

[duː; də][nɒt] [kɔːz] ['vɒmɪtɪŋ] .

do	not	cause	vomiting	.
做	不是	原因	呕吐	.

不会引起呕吐。

[fɔː(r); fə(r)]['æsɪd] [gɪv] [tʃɔːk] [ɪn] [wɔːm] ['wɔːtə(r)][ænd; ənd][ə; eɪ][paɪnt][ɒv; əv] [mɪlk] .

For	acids	give	chalk	in	warm	water	and	a	pint	of	milk	.
为了	酸	给	粉笔	在	温暖的	水	和	一个	品脱	的	牛奶	.

对于酸性物质，可用温水和一品脱牛奶溶解粉笔。

[fɔː(r); fə(r)][æn; ən]['ælkəlaɪ] [gɪv] ['vɪnɪgə(r)][ɪn]['wɔːtə(r)] .

For	an	alkali	give	vinegar	in	water	.
为了	一个	碱	给	醋	在	水	.

碱性溶液可以用醋兑水配制。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 189]
[页 -]

[第189页]

['ɪndeks]
INDEX
指数

指数

[ˌeɪ ˈbiː] do´men , - .
Ab do´men , 15 .
艾布 do´men , - .

Ab do´men，15。

Ad´e [nɔɪdz] , - , - .
Ad´e noids , 105 , 106 .
Ad´e 类 , - , - .

Ad´e noids，105，106。

[eə(r)][ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Air and health , 111 - 116 .
空气 和 健康 , - - - .

空气与健康，111-116。

[eə(r)][sæks] , - , - .
Air sacs , 102 , 103 .
空气 囊 , - , - .

气囊，102，103。

[eə(r)] [tjuːbz] , - .
Air tubes , 103 .
空气 管子 , - .

空气管，103。

['ælkəhɒl] , - , - .
Alcohol , 20 , 35 .
酒精 , - , - .

酒精，20，35。

[ænd; ənd] [blʌd] , - , - .
and blood , 124 , 125 .
和 血 , - , - .

以及血液，124，125。

[ænd; ənd] [blʌd] ['ves(ə)lz] , - .
and blood vessels , 126 .
和 血 船只 , - .

以及血管，126。

[ænd; ənd] [breɪn] , - - - .
and brain , 158 - 162 .
和 脑 , - - - .

以及大脑，158-162。

[ænd; ənd] ['kləʊðɪŋ] , - , - .
and clothing , 98 , 99 .
和 衣服 , - , - .

服装，98，99。

[ænd; ənd] [kraɪm] , - , - .
and crime , 160 , 161 .
和 犯罪 , - , - .

犯罪，160，161。

[ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] , - , - .
and **digestion** **,** **57** **,** **58** **.**
和 消化 , - , - .

以及消化，57，58。

[ænd; ənd] [helθ] , - , - .
and **health** **,** **74** **,** **75** **.**
和 健康 , - , - .

健康状况：74、75。

[ænd; ənd] ['kɪdniz] , - .
and **kidneys** **,** **93** **.**
和 肾脏 , - .

肾脏，93。

[ænd; ənd] [lʌŋz] , - , - .
and **lungs** **,** **109** **,** **110** **.**
和 肺 , - , - .

以及肺，109，110。

[ænd; ənd] ['mʌs(ə)lz] , - - - .
and **muscles** **,** **146** **-** **148** **.**
和 肌肉 , - - - .

以及肌肉，146-148。

[ænd; ənd] ['sensɪz] , - .
and **senses** **,** **172** **.**
和 感官 , - .

以及感官，172。

[ænd; ənd] [skɪn] , - , - .
and **skin** **,** **92** **,** **93** **.**
和 皮肤 , - , - .

皮肤，92，93。

[ˌælkə'hɒlɪk] [drɪŋks] , - - - .
Alcoholic **drinks** **,** **68** **-** **73** **.**
酗酒者 饮料 , - - - .

含酒精饮料，68-73。

[æz; əz] [fu:d] , - , - .
as **food** **,** **27** **,** **29** **.**
作为 食物 , - , - .

作为食物，27，29。

[ə; eɪ] or´ta , - .
A **or´ta** **,** **16** **.**
一个 or´ta , - .

奥塔，16。

['æpɪtaɪt] , - , - .
Appetite **,** **58** **,** **59** **.**
食欲 , - , - .

食欲，58，59。

['ɑ:təɹiz] , - , - .
Arteries **,** **19** **,** **119** **.**
动脉 , - , - .

动脉，19，119。

['bækbəʊn] , - .
Backbone **,** **16** **.**
骨干 , - .

脊梁，16。

[bæk] te´ria , - , - .
Bac te´ria , 36 , 39 .
巴克 te´ria , - , - .

细菌，36，39。

[ɒv; əv] [dɪ'ziːz] , - - - .
of disease , 175 - 177 .
的 疾病 , - - - .

疾病，175-177。

[ɒv; əv] [mɪlk] , - .
of milk , 43 .
的 牛奶 , - .

牛奶，43。

['beɪðɪŋ] , - .
Bathing , 91 .
洗澡 , - .

沐浴，91。

[biːnz] , - .
Beans , 24 .
豆子 , - .

豆子，24。

['bedbʌg] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - .
Bedbugs and disease , 134 , 178 .
臭虫 和 疾病 , - , - .

臭虫与疾病，134，178。

[biːf] [tiː] , - .
Beef tea , 31 .
牛肉 茶 , - .

牛肉茶，31。

[bɪə(r)][ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] , - , - .
Beer and digestion , 57 , 58 .
啤酒 和 消化 , - , - .

啤酒与消化，57，58。

[æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] , - , - .
as a food , 27 , 35 .
作为 一个 食物 , - , - .

作为食物，27，35。

[ænd; ənd] [hɑːt] , - .
and heart , 125 .
和 心 , - .

心脏，125。

['meɪkɪŋ] [ɒv; əv] , - .
making of , 70 .
制作 的 , - .

制作过程，70。

[baɪl] , - , - .
Bile , 52 , 55 .
胆汁 , - , - .

胆汁，52，55。

- , - .
Blackdeath , 11 .
- , - .

黑死病，11。

['bliːdɪŋ] , [tuː; tə] [stɒp] , - , - , - , - .
Bleeding , to stop , 123 , 124 , 184 , 185 .
出血 , 到 停止 , - , - , - , - .

出血，止血，123，124，184，185。

[blʌd] , - , - , - .
Blood , 17 , 117 , 118 .
血 , - , - , - .

血，17，117，118。

[blʌd] ['ves(ə)lz] , - , - - - .
Blood vessels , 19 , 118 - 122 .
血 船只 , - , - - - .

血管，19，118-122。

['bɒdi] , [pɑːts] [ɒv; əv] , - - - .
Body , parts of , 15 - 19 .
身体 , 部分 的 , - - - .

身体，部分，15-19。

[bəʊnz] , - - - .
Bones , 135 - 139 .
骨头 , - - - .

骨头，135-139。

['baʊəlz] , - , - , - .
Bowels , 47 , 52 , 53 .
肠道 , - , - , - .

肠道，47、52、53。

[breɪn] , - - - .
Brain , 149 - 153 .
脑 , - - - .

大脑，149-153。

[breɪn] , [juːz] [ɒv; əv] , - .
Brain , use of , 18 .
脑 , 使用 的 , - .

大脑，使用，18。

['brændi] , - .
Brandy , 72 .
白兰地 , - .

布兰迪，72岁。

[bred] , - .
Bread , 23 .
面包 , - .

面包，23。

['briːðɪŋ] , - - - .
Breathing , 100 - 107 .
呼吸 , - - - .

呼吸，100-107。

['bɪldɪŋ] [fuːdz] , - , - .
Building foods , 22 , 23 .
建筑 食物 , - , - .

建筑食品，22，23。

[bɜːnz] [ænd; ənd] [skɔːldz] , - .
Burns and scalds , 184 .
烧伤 和 烫伤 , - .

烧伤和烫伤，184。

['bʌtə(r)] , - .
Butter , 41 .
黄油 , - .

黄油，41。

['kəpɪlərɪz] , - , - .
Capillaries , 119 , 120 .
毛细血管 , - , - .

毛细血管，119，120。

['kɑːbən] [daɪ'ɒksaɪd] , - , - .
Carbon dioxide , 102 , 111 .
碳 二氧化硫 , - , - .

二氧化碳，102，111。

[selz] , - .
Cells , 20 .
细胞 , - .

细胞，20。

['sɪərɪəls] , - .
Cereals , 33 .
谷物 , - .

谷物，33。

Cer´e [brʌm] , - , - .
Cer´e brum , 150 , 151 .
Cer´e 布鲁姆 , - , - .

Cer´e brum，150，151。

[tʃest] , - .
Chest , 15 .
胸部 , - .

胸部，15。

['tʃuːɪŋ] [ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Chewing and health , 49 - 50 .
咀嚼 和 健康 , - - - .

咀嚼与健康，49-50。

['tʃəʊkɪŋ] , - .
Choking , 187 .
窒息 , - .

窒息，187。

['kɒlərə] , - .
Cholera , 175 .
霍乱 , - .

霍乱，175。

['saɪdə(r)] , - .
Cider , 40 .
苹果酒 , - .

苹果酒，40。

['sɪgəret] , - , - .
Cigarettes , 82 , 162 .
香烟 , - , - .

香烟，82，162。

['klenlinəs] , - , - .
Cleanliness , 44 , 91 .
清洁 , - , - .

清洁度，44，91。

['kləʊðɪŋ] , - - - .
Clothing , 94 - 99 .
衣服 , - - - .

服装，94-99。

Co´ca [ɪn] , - .
Co´ca ine , 162 .
Co´ca 线 , - .

可卡因，162。

['kɒfi] , - , - , - .
Coffee , 82 , 83 , 164 .
咖啡 , - , - , - .

咖啡，82，83，164。

[k'əʊldz] , - .
Colds , 180 .
感冒 , - .

感冒，180。

[kən'sʌmpʃ(ə)n] , - , - - - .
Consumption , 109 , 180 - 181 .
消耗 , - , - - - .

消费，109，180-181。

['kʊkɪŋ] [ɒv; əv] [egz] , - .
Cooking of eggs , 34 .
烹饪 的 鸡蛋 , - .

煮鸡蛋，34。

[ɒv; əv] [miːt] , - , - .
of meat , 30 , 31 .
的 肉 , - , - .

肉类，30，31。

[kɔːnz] , - .
Corns , 98 .
玉米 , - .

科恩斯，98。

['kɒtn] , - .
Cotton , 96 .
棉布 , - .

棉花，96。

[kriːm] , - .
Cream , 41 .
奶油 , - .

奶油，41。

['defnəs] , - .
Deafness , 171 .
耳聋 , - .

耳聋，171。

['daɪəfræm] (di´a [fræm]) , - , - .
Diaphragm (di´a fram) , 16 , 104 .
隔膜 (di´a 框架) , - , - .

隔膜 (di´a fram), 16, 104。

[daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] , ['ɔːrgənz][ɒv; əv] , - - - .
Digestion , organs of , 47 - 52 .
消化 , 器官 的 , - - - .

消化器官，47-52。

[dɪfˈθɪəriə; dɪpˈθɪəriə] , - , - .
Diphtheria , 175 , 178 .
白喉 , - , - .

白喉，175，178。

[dɪˈziːz] , [kɔːz] [ɒv; əv] , - - - .
Disease , cause of , 25 - 27 .
疾病 , 原因 的 , - - - .

疾病，病因，25-27。

[frɒm; frəm][ˈælkəhɒl] , - , - .
from alcohol , 76 , 77 .
从 酒精 , - , - .

来自酒精，76，77。

[frɒm; frəm][bæd][eə(r)] , - .
from bad air , 114 .
从 坏的 空气 , - .

空气污浊，114。

[frɒm; frəm] [ˈdrɪŋkɪŋ] [kʌp] , - , - .
from drinking cup , 108 , 177 .
从 喝 杯子 , - , - .

来自饮水杯，108，177。

[frɒm; frəm] [dʌst] , - , - .
from dust , 108 , 109 .
从 灰尘 , - , - .

从灰尘中，108，109。

[ɒv; əv] [aɪz] , - .
of eyes , 169 .
的 眼睛 , - .

眼睛，169。

[frɒm; frəm] [flaɪz] , - .
from flies , 108 .
从 苍蝇 , - .

来自苍蝇，108。

[frɒm; frəm] [ˈɪnsekts] , - - - .
from insects , 127 - 134 .
从 昆虫 , - - - .

来自昆虫，127-134。

[frɒm; frəm] [mɪlk] , - - - , - .
from milk , 43 - 46 , 178 .
从 牛奶 , - - - , - .

来自牛奶，43-46，178。

[prɪˈvenʃn] [ɒv; əv] , - - - .
prevention of , 174 - 182 .
预防 的 , - - - .

预防，174-182。

[[ˌpiː ˈdʒiː] -]
[Pg 190]
[页 -]

[第190页]

[dɪˈziːz] , [frɒm; frəm] [spɪt] , - , - , - , - .
Disease , from spit , 107 , 108 , 178 , 179 .
疾病 , 从 吐 , - , - , - , - .

疾病，来自唾液，107、108、178、179。

['vɪktəri] ['əʊvə(r)] , - .
victory over , 12 .
胜利 超过 , - .

胜利结束，12。

[dɪs] [tɪl] la´tion , - .
Dis til la´tion , 73 .
迪斯 直到 la´tion , - .

Dis til la´tion，73。

['drɪŋkɪŋ] [kʌp] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - .
Drinking cup and disease , 108 , 177 .
喝 杯子 和 疾病 , - , - .

饮水杯与疾病，108，177。

['draʊnɪŋ] , - .
Drowning , 187 .
溺水 , - .

溺水，187。

['drʌŋkəd] , [kɔːz] [ɒv; əv] , - .
Drunkards , cause of , 14 .
醉汉 , 原因 的 , - .

醉汉，原因，14。

[dʌst] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - , - .
Dust and disease , 37 , 108 , 109 .
灰尘 和 疾病 , - , - , - .

尘埃与疾病，37、108、109。

[dɪs] pep´si [ə; eɪ] , - .
Dys pep´si a , 50 .
dys pep´si 一个 , - .

Dys pepsísi a，50。

[ɪə(r)] , - - - .
Ear , 169 - 171 .
耳朵 , - - - .

耳朵，169-171。

[egz] , - , - , - .
Eggs , 23 , 33 , 34 .
鸡蛋 , - , - , - .

鸡蛋，23，33，34。

[ˌepɪ'dɜːmɪs] , - , - .
Epidermis , 85 , 86 .
表皮 , - , - .

表皮，85，86。

['eksəsaɪz] , - - - .
Exercise , 144 - 146 .
锻炼 , - - - .

练习，144-146。

[aɪ] , - - - .
Eye , 165 - 168 .
眼睛 , - - - .

眼睛，165-168。

['feɪntɪŋ] , - .
Fainting , 185 .
昏厥 , - .

昏厥，185。

[fæt] , - .
Fat , 24 .
胖的 , - .

胖，24岁。

[fæts] , - , - .
Fats , 22 , 23 .
脂肪 , - , - .

脂肪，22，23。

['fiːdɪŋ] [ɒv; əv] ['bɒdi] , - .
Feeding of body , 21 .
喂养 的 身体 , - .

身体的营养，21。

['fiːlɪŋ] , - .
Feeling , 172 .
感觉 , - .

感觉，172。

[fiːt] , [keə(r)][ɒv; əv] , - .
Feet , care of , 98 .
脚 , 关心 的 , - .

足部护理，98。

[fɪʃ] [æz; əz] [fuːd] , - .
Fish as food , 30 .
鱼 作为 食物 , - .

鱼作为食物，30。

[fliːz] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - .
Fleas and disease , 134 .
跳蚤 和 疾病 , - .

跳蚤和疾病，134。

[flaɪz] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - - - , - , - - - , - , - .
Flies and disease , 45 - 46 , 108 , 132 - 134 , 176 , 178 .
苍蝇 和 疾病 , - - - , - , - - - , - , - .

苍蝇与疾病，45-46、108、132-134、176、178。

[fuːd] , [ə'maʊnt] ['niːdɪd] , - .
Food , amount needed , 27 .
食物 , 数量 需要 , - .

食物，所需数量，27。

[ænd; ənd] [helθ] , - - - .
and health , 30 - 35 .
和 健康 , - - - .

健康状况，30-35岁。

[daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən][ɒv; əv] , - - - .
digestion of , 47 - 55 .
消化 的 , - - - .

消化，47-55。

['entrəns] [tuː; tə] [blʌd] , - , - .
entrance to blood , 52 , 54 .
入口 到 血 , - , - .

进入血液，52，54。

[fuːdz] , - .
Foods , 22 .
食物 , - .

食品，22。

['frek(ə)lz] , - .
Freckles , 87 .
雀斑 , - .

雀斑，87岁。

['frɒstbaɪt] , - .
Frostbite , 186 .
冻疮 , - .

冻伤，186。

[fruːts] , - , - .
Fruits , 33 , 34 .
水果 , - , - .

水果，33，34。

['fjuːəl] [fuːdz] , - , - .
Fuel foods , 23 , 24 .
燃料 食物 , - , - .

燃料食品，23，24。

['gæstrɪk][dʒuːs] , - .
Gastric juice , 51 .
胃 汁 , - .

胃液，51。

[dʒɜːrmz] , - - - .
Germs , 36 - 40 .
细菌 , - - - .

细菌，36-40。

[ɒv; əv] [dɪ'ziːz] , - , - .
of disease , 175 , 176 .
的 疾病 , - , - .

疾病，175，176。

[ɒv; əv] [mɪlk] , - .
of milk , 43 .
的 牛奶 , - .

牛奶，43。

[ɒv; əv] [spɪt] , - .
of spit , 107 .
的 吐 , - .

唾液，107。

[glændz] , - - - .
Glands , 47 - 49 .
腺体 , - - - .

腺体，47-49。

[grəʊθ] [ɒv; əv] ['bɒdi] , - .
Growth of body , 20 .
生长 的 身体 , - .

身体生长，20。

['gʌlɪt] , - , - .
Gullet , 16 , 53 .
食道 , - , - .

食道，16，53。

['hæbɪt] , - , - .
Habit , 133 , 154 .
习惯 , - , - .

习惯，133，154。

['hæbɪts] , - .
Habits , 14 .
习惯 , - .

习惯，14。

[heə(r)] , - - - .
Hair , 88 - 90 .
头发 , - - - .

头发，88-90。

['hedeɪk] , - .
Headache , 55 .
头痛 , - .

头痛，55。

['hɪərɪŋ] , - .
Hearing , 170 .
听力 , - .

听证会，170。

[hɑːt] , - , - , - , - .
Heart , 16 , 100 , 118 , 122 .
心 , - , - , - , - .

心脏，16，100，118，122。

['hʊkwɜːm] [dɪ'ziːz] , - , - .
Hookworm disease , 181 , 182 .
钩虫 疾病 , - , - .

钩虫病，181，182。

['hʊkwɜːm] , - .
Hookworms , 175 .
钩虫 , - .

钩虫，175。

Hy´gi ['iːniː] , - .
Hy´gi ene , 10 .
Hy´gi 恩 , - .

Hy´gi ene，10。

['ɪnsekts] [ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Insects and health , 129 - 134 .
昆虫 和 健康 , - - - .

昆虫与健康，129-134。

[ɪn'testɪn] , - .
Intestine , 16 .
肠 , - .

肠，16。

[ɪn'testɪn] , - , - , - .
Intestines , 47 , 52 , 53 .
肠子 , - , - , - .

肠，47，52，53。

[dʒɔɪnts] , - , - .
Joints , 139 , 140 .
关节 , - , - .

关节，139，140。

['kɪdni] , - .
Kidney , 16 .
肾 , - .

肾脏，16。

['kɪdniz] , - , - .
Kidneys , 17 , 92 .
肾脏 , - , - .

肾脏，17，92。

['lærɪŋks] (lar´inks) , - .
Larynx (lar´inks) , 102 .
喉 (lar´inks) , - .

喉（laryx），102。

['leprəsi] , - .
Leprosy , 134 .
麻风 , - .

麻风病，134。

[laɪf] , [leŋkθ; leŋθ][ɒv; əv] , [naɪn] .
Life , length of , 9 .
生活 , 长度 的 , 9 .

寿命，长度，9。

['lɪgəmənts] , - , - , - .
Ligaments , 135 , 139 , 140 .
韧带 , - , - , - .

韧带，135，139，140。

['lɪnɪn] , - .
Linen , 95 .
亚麻布 , - .

亚麻布，95。

['lɪvə(r)] , - , - , - , - , - .
Liver , 16 , 53 , 54 , 55 , 100 .
肝 , - , - , - , - , - .

肝脏，16，53，54，55，100。

[lʌŋ] , - .
Lung , 16 .
肺 , - .

肺，16。

[lʌŋz] , - - - .
Lungs , 100 - 101 .
肺 , - - - .

肺，100-101。

[mə'leərɪə] , - .
Malaria , 175 .
疟疾 , - .

疟疾，175。

['miːz(ə)lz] , - .
Measles , 175 .
麻疹 , - .

麻疹，175。

[miːt] , - .
Meat , 23 .
肉 , - .

肉类，23。

['kʊkɪŋ] [ɒv; əv] , - .
cooking of , 30 .
烹饪 的 , - .

烹饪，30。

['spɔɪlɪŋ] [ɒv; əv] , - , - .
spoiling of , 38 , 39 .
破坏 的 , - , - .

变质，38，39。

[miːts] , - .
Meats , 30 .
肉类 , - .

肉类，30。

Mi´crobes , - , - .
Mi´crobes , 36 , 37 .
Mi´crobes , - , - .

Mi´crobes，36，37。

[mɪlk] , - , - , - - - .
Milk , 23 , 29 , 41 - 46 .
牛奶 , - , - , - - - .

牛奶，23，29，41-46。

[ænd; ənd] ['skɑːlət] ['fiːvə(r)] , - .
and scarlet fever , 176 .
和 猩红 发烧 , - .

猩红热，176。

[æz; əz][ə; eɪ] [fuːd] , - .
as a food , 31 .
作为 一个 食物 , - .

作为食物，31。

['saʊərɪŋ] [ɒv; əv] , - .
souring of , 39 .
酸 的 , - .

变酸，39。

['mɪnərəl] [fuːdz] , - .
Mineral foods , 24 .
矿物 食物 , - .

矿物质食品，24。

[məʊld] , - , - .
Mold , 37 , 38 .
模具 , - , - .

模具，37，38。

['mɔːfiːn] , - , - , - , - .
Morphine , 83 , 84 , 162 , 163 .
吗啡 , - , - , - , - .

吗啡，83，84，162，163。

[məs'kiːtəʊz] [ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - - - .
Mosquitoes and disease , 127 - 132 .
蚊子 和 疾病 , - - - .

蚊子与疾病，127-132。

[maʊθ] , - - - .
Mouth , 60 - 67 .
嘴 , - - - .

口，60-67。

['mʌs(ə)lz] , - - - .
Muscles , 140 - 143 .
肌肉 , - - - .

肌肉，140-143。

['mʌs(ə)lz] [ænd; ənd] [helθ] , - - - .
Muscles and health , 144 - 148 .
肌肉 和 健康 , - - - .

肌肉与健康，144-148。

[neɪlz] , - , - .
Nails , 87 , 88 .
指甲 , - , - .

指甲，87，88。

[na:] cot´ics , - - - .
Nar cot´ics , 158 - 164 .
纳尔 cot´ics , - - - .

Nar cot´ics，158-164。

[nɜ:vz] , - , - , - , - .
Nerves , 19 , 149 , 151 , 152 .
神经 , - , - , - , - .

神经，19，149，151，152。

[nəʊz] , - - - , - .
Nose , 104 - 106 , 171 .
鼻子 , - - - , - .

鼻子，104-106，171。

[nəʊz] [bli:d] , - .
Nose bleed , 181 .
鼻子 流血 , - .

流鼻血，181。

['əʊpiəm] , - , - , - , - .
Opium , 83 , 84 , 162 , 163 .
鸦片 , - , - , - , - .

鸦片，83、84、162、163。

['ɔ:gən] , - .
Organ , 18 .
器官 , - .

管风琴，18。

['ɔ:rgənz] [ɒv; əv] ['bɒdi] , - .
Organs of body , 16 .
器官 的 身体 , - .

人体器官，16.

['ɒksɪdʒən] , - .
Oxygen , 22 .
氧 , - .

氧气，22。

['ɔɪstə(r)z] [æz; əz][ə; eɪ] [fu:d] , - .
Oysters as a food , 30 .
牡蛎 作为 一个 食物 , - .

牡蛎作为一种食物，30。

[[ˌpi: 'dʒi:] -]
[Pg 191]
[页 -]

[第191页]

['peɪnˌkɪləz] , - .
Painkillers , 163 .
止痛药 , - .

止痛药，163。

Pan´cre [æz; əz] , - , - , - , - .
Pan´cre as , 16 , 48 , 52 , 53 .
Pan´cre 作为 , - , - , - , - .

Pan´cre as，16，48，52，53。

[pɑː] ral´y [sɪs] , - .
Pa ral´y sis , 155 .
宾夕法尼亚州 ral´y 妹妹 , - .

帕拉利西斯，155。

['peɪt(ə)nt; 'pæt(ə)nt] ['medsnz] , - .
Patent medicines , 84 .
专利 药物 , - .

专利药品，84。

['færɪŋks] (far´inks) , - .
Pharynx (far´inks) , 47 .
咽 (far´inks) , - .

咽（far´inks），47。

[pleɪg] , - , - .
Plague , 134 , 175 .
瘟疫 , - , - .

瘟疫，134，175。

['pɔɪzənɪŋ] , - .
Poisoning , 188 .
中毒 , - .

中毒，188。

Pro´te ['aɪdz] , - .
Pro´te ids , 22 .
Pro´te ids , - .

Pro´te ids，22。

[pʌs] , - .
Pus , 123 .
脓 , - .

脓液，123。

['reɪdiəs] , - .
Radius , 137 .
半径 , - .

半径，137。

[rɪbz] , - .
Ribs , 137 .
肋骨 , - .

肋排，137。

[rʌm] , - .
Rum , 73 .
朗姆酒 , - .

朗姆酒，73。

['ɛs.eɪ] li´va , - , - .
Sa li´va , 48 , 49 .
萨 li´va , - , - .

Sa li´va，48，49。

[sɔːlt] , - .
Salt , 34 .
盐 , - .

盐，34。

['skɑːlət] ['fiːvə(r)] , - , - , - .
Scarlet fever , 175 , 176 , 178 .
猩红 发烧 , - , - , - .

猩红热，175、176、178。

[sens] ['ɔːrgənz] , - - - .
Sense organs , 165 - 173 .
感觉 器官 , - - - .

感觉器官，165-173。

['ʃuːz] , - .
Shoes , 98 .
鞋 , - .

鞋子，98。

[sɪk] , ['nʌmbə(r)][ɒv; əv] , [naɪn] .
Sick , number of , 9 .
生病的 , 数字 的 , 9 .

生病，人数，9。

['sɪknəs] , [haʊ] [kɔːzd] , - .
Sickness , how caused , 11 .
疾病 , 如何 导致 , - .

疾病的成因，11.

[prɪ'venʃn] [ɒv; əv] , - - - .
prevention of , 174 - 182 .
预防 的 , - - - .

预防，174-182。

[sɪlk] , - .
Silk , 95 .
丝绸 , - .

丝绸，95。

[skɪn] , - - - .
Skin , 85 - 93 .
皮肤 , - - - .

皮肤，85-93。

['sensɪz] [ɒv; əv] , - .
senses of , 172 .
感官 的 , - .

含义，172。

[skʌl] , - .
Skull , 136 .
颅骨 , - .

头骨，136。

[sliːp] , - , - .
Sleep , 156 , 157 .
睡觉 , - , - .

睡眠，156，157。

[ænd; ənd] [dɪ'ziːz] , - , - .
and disease , 113 , 114 .
和 疾病 , - , - .

以及疾病，113，114。

['sliːpɪŋ] ['sɪknəs] , - .
Sleeping sickness , 134 .
睡眠 疾病 , - .

昏睡病，134。

[slɒps] , [keə(r)][ɒv; əv] , - .
Slops , care of , 175 .
污水 , 关心 的 , - .

残渣，由.....负责，175。

['smɔːlpɒks] , - , - - - .
Smallpox , 12 , 178 - 180 .
天花 , - , - - - .

天花，12，178-180。

[smel] , - .
Smell , 171 .
闻 , - .

气味，171。

['sməʊkɪŋ] , - .
Smoking , 57 .
吸烟 , - .

吸烟，57。

['sneɪkbaɪt] , - , - .
Snakebites , 186 , 187 .
蛇咬伤 , - , - .

蛇咬伤，186，187。

[sɔː(r)] [θrəʊt] , - .
Sore throat , 175 .
疮 喉 , - .

咽喉痛，175。

[suːps] , - .
Soups , 31 .
汤 , - .

汤类，31.

['spaɪn(ə)l] [kɔːd] , - , - , - , - , - .
Spinal cord , 16 , 19 , 151 , 154 , 155 .
脊 绳索 , - , - , - , - , - .

脊髓，16、19、151、154、155。

[spɪt] , [keə(r)][ɒv; əv] , - , - .
Spit , care of , 175 , 178 .
吐 , 关心 的 , - , - .

吐痰，照管，175，178。

['spɪtɪŋ] [ænd; ənd] [helθ] , - , - .
Spitting and health , 107 , 108 .
吐痰 和 健康 , - , - .

吐痰与健康，107，108。

[spliːn] , - .
Spleen , 54 .
脾 , - .

脾脏，54。

[stɑːtʃ] , - , - .
Starch , 23 , 24 .
淀粉 , - , - .

淀粉，23，24。

['stɪmjələnts] , - , - .
Stimulants , 158 , 164 .
兴奋剂 , - , - .

兴奋剂，158，164。

['stʌmək] , - , - , - - - , - .
Stomach , 16 , 47 , 50 - 53 , 100 .
胃 , - , - , - - - , - .

胃，16，47，50-53，100。

['ʃʊgər] , - , - .
Sugars , 22 , 23 .
糖 , - , - .

糖类，22，23。

['sʌnstrəʊk] , - .
Sunstroke , 185 .
中暑 , - .

中暑，185。

['swiːpɪŋ] [ænd; ənd] [helθ] , - .
Sweeping and health , 37 .
扫荡 和 健康 , - .

清洁与健康，37。

['swiːtbred] , - .
Sweetbread , 48 .
甜面包 , - .

甜面包，48。

['swɪmɪŋ] , - , - , - .
Swimming , 145 , 146 , 187 .
游泳 , - , - , - .

游泳，145，146，187。

[sɪm] [pɑː] thet´ic [nɜːvz] , - .
Sym pa thet´ic nerves , 155 .
符号 帕 thet´ic 神经 , - .

Sym pa thet´ic 神经，155。

[teɪst] , - , - .
Taste , 171 , 172 .
品尝 , - , - .

味道，171，172。

[tiː] , - , - , - .
Tea , 82 , 83 , 164 .
茶 , - , - , - .

茶，82，83，164。

[tiːθ] , - - - .
Teeth , 60 - 67 .
牙齿 , - - - .

牙齿，60-67。

[θaɪ] , - .
Thigh , 15 .
大腿 , - .

大腿，15。

['tɪʃuː] , - .
Tissue , 18 .
组织 , - .

组织，18。

[tə'bækəʊ] , - .
Tobacco , 20 .
烟草 , - .

烟草，20。

[ænd; ənd][eə(r)] , - .

and	air	,	116	.
和	空气	,	-	.

空气，116。

[ænd; ənd] [blʌd] , - .

and	blood	,	125	.
和	血	,	-	.

血液，125。

[ænd; ənd] [breɪn] , - .

and	brain	,	162	.
和	脑	,	-	.

以及大脑，162。

[ænd; ənd][daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] , - , - .

and	digestion	,	56	,	57	.
和	消化	,	-	,	-	.

以及消化，56，57。

[æz; əz] [fuːd] , - , - .

as	food	,	34	,	35	.
作为	食物	,	-	,	-	.

作为食物，34，35。

[ænd; ənd] [helθ] , - - - .

and	health	,	78	-	82	.
和	健康	,	-	-	-	.

以及健康，78-82。

[ænd; ənd] [hɑːt] , - .

and	heart	,	126	.
和	心	,	-	.

心脏，126。

[ænd; ənd] [lʌŋz] , - .

and	lungs	,	110	.
和	肺	,	-	.

肺，110。

[ænd; ənd] ['mʌs(ə)lz] , - .

and	muscles	,	148	.
和	肌肉	,	-	.

肌肉，148。

[ænd; ənd] ['sensɪz] , - , - .

and	senses	,	172	,	173	.
和	感官	,	-	,	-	.

以及感官，172，173。

['tɒnsl] , - , - .

Tonsil	,	105	,	106	.
扁桃体	,	-	,	-	.

扁桃体，105，106。

['tuːθeɪk] , - , - .

Toothache	,	62	,	63	.
牙疼	,	-	,	-	.

牙痛，62，63。

[tjuːˌbɜːkju'ləʊsɪs] , - , - , - .

Tuberculosis	,	107	,	108	,	175	.
结核	,	-	,	-	,	-	.

结核病，107、108、175。

[ænd; ənd][bæd][eə(r)] , - , - .
and bad air , 114 , 115 .
和 坏的 空气 , - , - .

以及污浊的空气，114，115。

[kɔːz] [ɒv; əv] , - , - .
cause of , 178 , 180 .
原因 的 , - , - .

原因，178，180。

[prɪˈvenʃn] [ɒv; əv] , - - - , - - - , - - - .
prevention of , 107 - 109 , 111 - 116 , 180 - 181 .
预防 的 , - - - , - - - , - - - .

预防，107-109，111-116，180-181。

[trʌŋk] , - .
Trunk , 15 .
树干 , - .

树干，15。

[ˈtaɪfɔɪd] [ˈfiːvə(r)] , - .
Typhoid fever , 175 .
伤寒 发烧 , - .

伤寒，175。

[haʊ] [kɔːzd] , - - - , - , - .
how caused , 25 - 27 , 28 , 134 .
如何 导致 , - - - , - , - .

原因，25-27，28，134。

[ˌvæksɪˈneɪʃ(ə)n] , - , - .
Vaccination , 179 , 180 .
疫苗接种 , - , - .

疫苗接种，179，180。

[ˈvedʒtəb(ə)lz] [æz; əz] [fuːd] , - , - .
Vegetables as food , 32 , 33 .
蔬菜 作为 食物 , - , - .

蔬菜作为食物，32，33。

[veɪns] , - , - .
Veins , 28 , 121 .
静脉 , - , - .

静脉，28，121。

[ˌventɪˈleɪʃn] , - - - .
Ventilation , 111 - 115 .
通风 , - - - .

通风，111-115。

[ˈvɪlaɪ; ˈvɪliː] , - .
Villi , 54 .
绒毛 , - .

维利，54岁。

[ˈvəʊk(ə)l] [kɔːdz] , - , - .
Vocal cords , 105 , 106 .
声乐 绳索 , - , - .

声带，105，106。

[vɔɪs] , - , - .
Voice , 106 , 107 .
嗓音 , - , - .

语音，106，107。

[vɔɪs] [bɒks] , - .
Voice box , 102 .
嗓音 盒子 , - .

语音盒，102。

[wɔː(r)] , ['deθs] [frɒm; frəm] , - .
War , deaths from , 11 .
战争 , 死亡人数 从 , - .

战争，死亡人数，11。

[weɪst] , ['gɪvɪŋ] [aʊt] [ɒv; əv] , - .
Waste , giving out of , 17 .
浪费 , 给予 出去 的 , - .

浪费，散发，17。

['wɔːtə(r)] , [juːz] [ɒv; əv] , - , - .
Water , use of , 24 , 92 .
水 , 使用 的 , - , - .

水，使用，24，92。

['wɔːtə(r)] [ænd; ənd] [helθ] , - - - , - .
Water and health , 25 - 27 , 28 .
水 和 健康 , - - - , - .

水与健康，25-27，28。

['wɔːtə(r)] [ɪn] [fuːd] , - .
Water in food , 25 .
水 在 食物 , - .

食物中的水分，25。

['wɪski] , - , - .
Whisky , 72 , 73 .
威士忌酒 , - , - .

威士忌，72，73。

['wuːpɪŋ] [kɒf] , - .
Whooping cough , 175 .
欢呼 咳嗽 , - .

百日咳，175。

['wɪglə(r)] , - - - .
Wigglers , 130 - 131 .
蠕虫 , - - - .

蠕动者，130-131。

['wɪndpaɪp] , - , - , - .
Windpipe , 16 , 102 , 103 .
气管 , - , - , - .

气管，16，102，103。

[waɪn] , - , - .
Wine , 27 , 28 .
葡萄酒 , - , - .

葡萄酒，27，28。

[ænd; ənd] [daɪ'dʒestʃən; dɪ'dʒestʃən] , - .
and digestion , 58 .
和 消化 , - .

以及消化，58。

['meɪkɪŋ] [ɒv; əv] , - - - .
making of , 70 - 71 .
制作 的 , - - - .

制作过程，70-71。

[wuːndz] , - .
Wounds , 186 .
伤口 , - .

伤口，186。

[jiːst] , - , - , - .
Yeast , 39 , 40 , 69 .
酵母 , - , - , - .

酵母，39，40，69。

['jeləʊ] ['fiːvə(r)] , - , - , - , - .
Yellow fever , 12 , 13 , 129 , 130 .
黄色的 发烧 , - , - , - , - .

黄热病，12、13、129、130。

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 192]
[页 -]

[第192页]

['bɔːldwɪn] [ænd; ənd] ['bɛn.dərz]
BALDWIN AND BENDER'S
鲍德温 和 弯管

鲍德温和本德的

['ridər]
READERS
读者

读者

['riːdɪŋ] [wɪð] [ɪk'spreʃ(ə)n]
Reading with Expression
阅读 和 表达

朗读时富有表现力

[baɪ][dʒeɪmz] ['bɔːldwɪn] , ['ɔːθə(r)] [ɒv; əv] ['bɔldwɪnz] [skuːl] ['ridər] , ['hɑːrpərz] ['ridər] ,
By JAMES BALDWIN , Author of Baldwin's School Readers , Harper's Readers ,
经过 詹姆斯 鲍德温 , 作者 的 鲍德温的 学校 读者 , 哈珀斯 读者 ,
[ˌet 'setərə; ˌɪt 'setərə] . [ænd; ənd] ['aɪdə] [siː] . ['bendə(r)] ,
etc . and IDA C . BENDER ,
ETC . 和 国际发展协会 C . 弯 ,

作者：詹姆斯·鲍德温（著有《鲍德温学校读本》、《哈珀读本》等）和艾达·C·本德

['suːpəvaɪzə(r)][ɒv; əv]['praɪməri] [g'reɪdz] , ['bʌfələʊ] , [njuː] [jɔːk] .
Supervisor of Primary Grades , Buffalo , New York .
导师 的 基本的 成绩 , 水牛 , 新的 约克 .

纽约州布法罗市小学部主管。

[æn; ən] [eɪt] [bʊk] ['sɪəriːz] [ɔː(r)][ə; eɪ] [faɪv] [bʊk] ['sɪəriːz]
AN EIGHT BOOK SERIES or A FIVE BOOK SERIES
一个 八 书 系列 或者 一个 五 书 系列

八册系列小说还是五册系列小说

[ðə; ði] ['ɔːθəʃɪp] [ɒv; əv] [ðɪs] ['sɪəriːz] [ɪz] [kən'kluːsɪv] ['evɪdəns] [ɒv; əv][ɪts][reə(r)] [wɜːθ] ,
The authorship of this series is conclusive evidence of its rare worth ,
这 作者身份 的 这 系列 是 确凿 证据 的 它是 稀有的 值得 ,

该系列作品的作者身份是其珍贵价值的确凿证据。

[ɒv; əv][ɪts] ['hæpi] ['juːniən][ɒv; əv][ðə; ði][aɪ'diːəl][ænd; ənd][ðə; ði] ['præktɪkl] .
of its happy union of the ideal and the practical .
的 它是 快乐的 联盟 的 这 理想的 和 这 实际的 .

它完美地结合了理想与现实。

[ðə; ði] [tʃiːf] [dɪ'zaɪn] [ɒv; əv][ðə; ði] [bʊks] [ɪz][tuː; tə] [help] ['pjuːp(ə)lz][tuː; tə][ə'kwaɪə(r)][ðə; ði] [ɑːt] [ænd; ənd]

The	chief	design	of	the	books	is	to	help	pupils	to	acquire	the	art	and
这	首席	设计	的	这	图书	是	到	帮助	学生	到	获得	这	艺术	和

['hæbɪt][ɒv; əv] ['riːdɪŋ] [səʊ] [wel] [æz; əz][tuː; tə] [gɪv] ['pleʒə(r)] [bəuθ][tuː; tə] [ðəm'selvz] [ænd; ənd][tuː; tə]

habit	of	reading	so	well	as	to	give	pleasure	both	to	themselves	and	to
习惯	的	阅读	所以	出色地	作为	到	给	乐趣	两个都	到	他们自己	和	到

[ðəʊz] [huː] ['lɪs(ə)n][tuː; tə][ðem; ðəm] .

those	who	listen	to	them	.
那些	WHO	听	到	他们	.

这些书籍的主要目的是帮助学生养成良好的阅读习惯，使他们自己和听他们阅读的人都能从中获得乐趣。

[ðeɪ] [tiːtʃ] ['riːdɪŋ] [wɪð] [ɪk'spreʃ(ə)n] , [ænd; ənd][ðə; ði] [sə'lekʃən] [hæv; həv] , [tuː; tə][ə; eɪ] [lɑːdʒ]

They	teach	reading	with	expression	,	and	the	selections	have	,	to	a	large
他们	教	阅读	和	表达	,	和	这	选择	有	,	到	一个	大的

[ɪk'stent] ,

extent	,
程度	,

他们教授朗读时注重表达，而且所选读物在很大程度上也做到了这一点。

[biːn] ['tʃəʊzn] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] ['pɜːpəs] .

been	chosen	for	this	purpose	.
到过	选定	为了	这	目的	.

已被选中用于此目的。

¶ [ðiːz] ['ridər] [ɑː(r); ə(r)] ['veri] ['tiːtʃəbl] [ænd; ənd] ['riːdəb(ə)l] ,

¶ These	readers	are	very	teachable	and	readable	,
¶ 这些	读者	是	非常	可教的	和	可读	,

这些读物非常易于教授和阅读，

[ænd; ənd][ɑː(r); ə(r)][ʌn'juːʒuəli; ʌn'juːʒəli] ['ɪntrəstɪŋ] [bəuθ][ɪn] [sə'lekʃən] [ænd; ənd][ɪn] [ɪˌlʌs'treʃən] .

and	are	unusually	interesting	both	in	selections	and	in	illustrations	.
和	是	异常地	有趣的	两个都	在	选择	和	在	插图	.

无论是选段还是插图，都异常引人入胜。

[ðə; ði] [sə'lekʃən] [ɑː(r); ə(r)][ɒv; əv][ə; eɪ] ['veri] [haɪ] ['lɪtərəri] ['kwɒləti] .

The	selections	are	of	a	very	high	literary	quality	.
这	选择	是	的	一个	非常	高的	文学	质量	.

这些选篇具有很高的文学价值。

[bɪ'saɪdz] [ðə; ði] ['tʃɔɪsɪst] ['skuːlbʊk] ['klæsɪks] ,

Besides	the	choicest	schoolbook	classics	,
除了	这	精选	教科书	经典	,

除了精选的经典教科书之外，

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ] [lɑːdʒ] ['nʌmbə(r)] [wɪtʃ] [hæv; həv]['nevə(r)] [bɪ'fɔː(r)] [ə'pɪəd] [ɪn] [skuːl] ['ridər] .

there	are	a	large	number	which	have	never	before	appeared	in	school	readers	.
那里	是	一个	大的	数字	哪个	有	绝不	前	出现	在	学校	读者	.

其中有很多文章以前从未在学校读物中出现过。

[ðə; ði] ['kɒntents] [ɑː(r); ə(r)] [wel] ['bæləns t] [bɪ'twiːn] [prəʊz] [ænd; ənd]['pəʊətri] , [ænd; ənd][ðə; ði]['sʌbdʒɪkt]

The	contents	are	well	balanced	between	prose	and	poetry	,	and	the	subject
这	内容	是	出色地	均衡	之间	散文	和	诗	,	和	这	主题

['mætə(r)][ɪz][ʌn'juːʒuəli; ʌn'juːʒəli] ['veərid] .

matter	is	unusually	varied	.
事情	是	异常地	多种多样	.

内容在散文和诗歌之间取得了很好的平衡，主题也异常丰富多样。

[bɪ'gɪnɪŋ] [wɪð] [ðə; ði] [θɜːd] ['riːdə(r)] ,

Beginning	with	the	Third	Reader	,
开始	和	这	第三	读者	,

从第三册读本开始，

[sə'lekʃən] [rɪ'leɪtɪŋ] [tuː; tə]['sɪmələ(r)]['sʌbdʒɪkts][ɔː(r)] [ri'kwaiə] ['sɪmələ(r)] ['meθədz] [ɒv; əv] ['stʌdi] [ɔː(r)]

selections	relating	to	similar	subjects	or	requiring	similar	methods	of	study	or
选择	相关	到	相似的	主题	或者	需要	相似的	方法	的	学习	或者

[ˌresɪ'teɪʃn] , [ɑː(r); ə(r)] [gruːpt] [tə'geðə(r)] .

recitation	,	are	grouped	together	.
背诵	,	是	分组	一起	.

主题相似或需要类似学习或背诵方法的选段会归为一组。

['meni] [sə'lekʃən] [ɑː(r); ə(r)][ɪn] ['daɪəlɒg] [fɔːm] [ænd; ənd]['suːtəb(ə)l][fɔː(r); fə(r)] [ˌdræmətaɪ'zeɪʃn] .

Many	selections	are	in	dialogue	form	and	suitable	for	dramatization	.
许多	选择	是	在	对话	形式	和	合适的	为了	戏剧化	.

许多选段都是对话形式，适合改编成戏剧。

¶ [ðə; ði] [fɜːst] ['riːdə(r)] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [wɪð] ['eni] ['meθəd] [ɒv; əv] ['tiːtʃɪŋ] ['riːdɪŋ] ,

¶	The	First	Reader	may	be	used	with	any	method	of	teaching	reading	,
¶	这	第一的	读者	可能	是	用过的	和	任何	方法	的	教学	阅读	,

《第一本读本》可以与任何阅读教学方法配合使用。

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː] [kəm'bain] [ðə; ði] [best] [aɪ'diəz][ɒv; əv] [iːtʃ] .

for	it	combines	the	best	ideas	of	each	.
为了	它	组合	这	最好的	想法	的	每个	.

因为它融合了两者的最佳理念。

[ə; eɪ]['nʌmbə(r)][ɒv; əv]['helpf(ə)l] [njuː] ['fiːtʃəz] [ɑː(r); ə(r)]['ɔːlsəʊ] [ɪn'kluːdɪd] .

A	number	of	helpful	new	features	are	also	included	.
一个	数字	的	有帮助	新的	特征	是	还	包括	.

此外，还包含许多有用的新功能。

[iːtʃ] ['riːdɪŋ] ['les(ə)n] [ɪz][ɒn][ə; eɪ] [raɪt] - [hænd][peɪdʒ] ,

Each	reading	lesson	is	on	a	right	-	hand	page	,
每个	阅读	课	是	在	一个	正确的	-	手	页	,

每节阅读课都在右侧页面上，

[ænd; ənd][ɪz] [ɐpɹ'əʊtʃt] [baɪ][ə; eɪ]['sɪəriːz][ɒv; əv] [prɪ'pærət(ə)ri] ['eksəsaɪzɪz][ɒn][ðə; ði] [prɪ'siːdɪŋ] [left] -

and	is	approached	by	a	series	of	preparatory	exercises	on	the	preceding	left	-
和	是	接近	经过	一个	系列	的	预备	练习	在	这	前	左边	-

[hænd][peɪdʒ] .

hand	page	.
手	页	.

并且需要通过前面左侧页面上的一系列预备练习来进行。

¶ [ðə; ði] [ɪˌlʌs'treʃən] ['kɒnstɪtjuːt] [ðə; ði]['faɪnɪst][ænd; ənd][məʊst] [ə'træktɪv] [kə'lekʃ(ə)n] ['evə(r)] [brɔːt]

¶	The	illustrations	constitute	the	finest	and	most	attractive	collection	ever	brought
¶	这	插图	构成	这	最好的	和	最多	吸引人的	收藏	曾经	带来

[tə'geðə(r)] [ɪn][ə; eɪ] ['sɪəriːz] [ɒv; əv] ['ridər] .

together	in	a	series	of	readers	.
一起	在	一个	系列	的	读者	.

这些插图构成了有史以来在一系列读物中汇集的最精美、最吸引人的插图集。

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)]['əʊvə(r)] - [ɪn][ɔːl] ,

There	are	over	600	in	all	,
那里	是	超过	-	在	全部	,

总共有600多件。

['evri] [wʌn] [meɪd] [ɪ'speʃəli] [fɔː(r); fə(r)] [ðiːz] [bʊks] [baɪ][æn; ən] ['ɑːtɪst] [ɒv; əv]['næʃ(ə)nəl][ˌrepju'teɪʃ(ə)n] .

every	one	made	especially	for	these	books	by	an	artist	of	national	reputation	.
每一个	一	制成	尤其	为了	这些	图书	经过	一个	艺术家	的	国家的	名声	.

每幅插图都是由一位全国知名的艺术家专门为这些书籍创作的。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]

AMERICAN	BOOK	COMPANY
美国人	书	公司

美国图书公司

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 193]
[页 -]

[第193页]

[hɪksɪz] ['tʃæmpiən]
HICKS'S CHAMPION
希克斯 冠军

希克斯冠军

['spelɪŋ] [bʊk]
SPELLING BOOK
拼写 书

拼写书

[baɪ] ['wɒrən] [iː] . [hɪks] , [ə'sɪstənt] [ˌsuːpərɪn'tendənt] [ɒv; əv]
By WARREN E . HICKS , Assistant Superintendent of
经过 沃伦 E . 希克斯 , 助手 校长 的

作者：沃伦·E·希克斯，助理主管

[skuːlz] , ['kliːvlənd] , [əʊ'haɪəʊ]
Schools , Cleveland , Ohio
学校 , 克利夫兰 , 俄亥俄州

俄亥俄州克利夫兰市学校

[kəm'pliːt] , $0 . - — [pɑːt] [wʌn] , $0 . - — [pɑːt] [tuː] , $0 . -
Complete , $0 . 25 — Part One , $0 . 18 — Part Two , $0 . 18
完全的 , $0 . - — 部分 一 , $0 . - — 部分 二 , $0 . -

全套，0.25美元——第一部分，0.18美元——第二部分，0.18美元

[ðɪs] [bʊk] [ɪm'bɔdi] [ðə; ði] ['meθəd] [ðæt] [ɪneɪbld] [ðə; ði]['pjuːp(ə)lz][ɪn][ðə; ði] ['kliːvlənd] [skuːlz]
This book embodies the method that enabled the pupils in the Cleveland schools
这 书 体现 这 方法 那 已启用 这 学生 在 这 克利夫兰 学校
['ɑːftə(r)] [tuː] [j'iəz] [tuː; tə][wɪn][ðə; ði]['næʃ(ə)nəl][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n][əˌsəʊsi'eɪʃn; əˌsəʊʃi'eɪʃn] ['spelɪŋ] ['kɒntest] [ɒv; əv]
after two years to win the National Education Association Spelling Contest of
后 二 年 到 赢 这 国家的 教育 协会 拼写 竞赛 的
- .
1908 .
- .

这本书体现了克利夫兰学校的学生经过两年学习后赢得 1908 年全国教育协会拼写比赛的方法。

¶ [baɪ] [ðɪs] ['meθəd] [ə; eɪ] ['spelɪŋ] ['les(ə)n] [ɒv; əv] [ten] [wɜːdz] [ɪz]['gɪv(ə)n] [iːtʃ] [deɪ] [frɒm; frəm][ðə; ði]
¶ By this method a spelling lesson of ten words is given each day from the
¶ 经过 这 方法 一个 拼写 课 的 十 字 是 给定 每个 天 从 这
['spəʊkən][və'kæbjələri; vəʊ'kæbjələri][ɒv; əv][ðə; ði]['pjuːp(ə)l] .
spoken vocabulary of the pupil .
说 词汇 的 这 瞳孔 .

通过这种方法，每天可以从学生的口语词汇中学习十个单词的拼写。

[ɒv; əv] [ðiːz] [ten] [wɜːdz] [tuː] [ɑː(r); ə(r)] [sɪ'lektɪd] [fɔː(r); fə(r)] [ɪn'tensɪv] ['stʌdi] ,
Of these ten words two are selected for intensive study ,
的 这些 十 字 二 是 已选 为了 密集的 学习 ,

从这十个词语中，选取两个进行深入研究。

[ænd; ənd][ɪn][ðə; ði] ['spelɪŋ] [bʊk] [ɑː(r); ə(r)] [meɪd] ['prɒmɪnənt] [ɪn][bəuθ] [pə'zɪʃ(ə)n] [ænd; ənd] [taɪp] [æt; ət]
and in the spelling book are made prominent in both position and type at
和 在 这 拼写 书 是 制成 著名的 在 两个都 位置 和 类型 在
[ðə; ði] [hed] [ɒv; əv] [iːtʃ] [deɪz] ['lesnz] ,
the head of each day's lessons ,
这 头 的 每个 天 课程 ,

在拼写书中，这些单词在每天课程的开头都以醒目的位置和字体突出显示。

[ðiːz] [tuː] [wɜːdz] ['biːɪŋ] ['fɒləʊd] [baɪ][ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] [eɪt] [wɜːdz] [ɪn][smɔːlə(r)] [taɪp] .

these	two	words	being	followed	by	the	remaining	eight	words	in	smaller	type	.
这些	二	字	存在	随后	经过	这	其余的	八	字	在	较小的	类型	.

这两个字后面跟着其余八个字，字体较小。

[ˌsɪstə'mætɪk] [rɪ'vjuː] [ɪz][prə'vaɪdɪd] [θruː'aʊt] [ðə; ði] [bʊk] .

Systematic	review	is	provided	throughout	the	book	.
系统	审查	是	假如	自始至终	这	书	.

本书通篇提供了系统性的综述。

[iːtʃ] [ɒv; əv][ðə; ði][ten] ['prɒmɪnənt] [wɜːdz] [tɔːt] [ɪn'tensɪvli] [ɪn][ə; eɪ] [wiːk] [ɪz] ['lɪstɪd] [æz; əz][ə; eɪ]

Each	of	the	ten	prominent	words	taught	intensively	in	a	week	is	listed	as	a
每个	的	这	十	著名的	字	教授	密集地	在	一个	星期	是	列出	作为	一个

[sə'bɔːdɪnət] [wɜːd] [ɪn][ðə; ði][nekst] [tuː] [wiːks] ;

subordinate	word	in	the	next	two	weeks	;
下属	单词	在	这	下一个	二	周	;

一周内重点教授的十个重要词汇，在接下来的两周内都会作为辅助词汇列出；

[ɪn'kluːdɪd] [ɪn][ə; eɪ] ['rɪt(ə)n] ['spelɪŋ] ['kɒntest] [æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv] [eɪt] [wiːks] ;

included	in	a	written	spelling	contest	at	the	end	of	eight	weeks	;
包括	在	一个	书面	拼写	竞赛	在	这	结尾	的	八	周	;

八周后将参加拼写比赛；

[ə'gen] [ɪn][ðə; ði] ['ænjuəl] ['kɒntest] [æt; ət][ðə; ði][end][ɒv; əv][ðə; ði][jɪə(r)] ;

again	in	the	annual	contest	at	the	end	of	the	year	;
再次	在	这	年度的	竞赛	在	这	结尾	的	这	年	;

在年底的年度比赛中再次获胜；

[ænd; ənd] [ə'gen] [æz; əz][ə; eɪ] [sə'bɔːdɪnət] [wɜːd] [ɪn][ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] [jɪrz] [wɜːk] ;

and	again	as	a	subordinate	word	in	the	following	year's	work	;
和	再次	作为	一个	下属	单词	在	这	下列的	年	工作	;

并在次年的作品中再次作为从属词出现；

— [juːst] [faɪv] [taɪmz] [ɪn][ɔːl] [wɪ'ðɪn] [tuː] [j'iəz] .

—	used	five	times	in	all	within	two	years	.
—	用过的	五	时代	在	全部	之内	二	年	.

—两年内共使用了五次。

¶ [ðə; ði] ['tʃæmpiən] ['spelɪŋ] [bʊk] [kən'sɪsts] [ɒv; əv][ə; eɪ]['sɪəriːz][ɒv; əv] ['lesnz] [ə'reɪndʒd] [æz; əz] [ə'bʌv]

¶	The	Champion	Spelling	Book	consists	of	a	series	of	lessons	arranged	as	above
¶	这	冠军	拼写	书	由	的	一个	系列	的	课程	安排	作为	多于

[fɔː(r); fə(r)][sɪks] [skuːl] [j'iəz] ,

for	six	school	years	,
为了	六	学校	年	,

《冠军拼写书》包含一系列课程，课程安排如上所述，适用于六个学年。

[frɒm; frəm][ðə; ði] [θɜːd] [tuː; tə][ðə; ði] [eɪtθ] , [ɪn'kluːsɪv] .

from	the	third	to	the	eighth	,	inclusive	.
从	这	第三	到	这	第八	,	包容性	.

从第三天到第八天，包括第三天和第八天。

[ˌaɪ 'tiː]['prez(ə)nts] [ə'baʊt] [wʌn] , - [wɜːdz] [iːtʃ] [jɪə(r)] ,

It	presents	about	1	,	200	words	each	year	,
它	礼物	关于	1	,	-	字	每个	年	,

它每年大约呈现1200个单词，

[ænd; ənd] ['tiːtʃɪz] - [ɒv; əv][ðem; ðəm] [wɪð] [ɪ'speʃl] ['klɪənəs] [ænd; ənd] [ɪn'tensəti] .

and	teaches	312	of	them	with	especial	clearness	and	intensity	.
和	教导	-	的	他们	和	特别的	清晰度	和	强度	.

并以特别清晰和饱满的热情教授了其中 312 个。

[ˌaɪ 'ti:]['ɔ:lsəʊ] [ɪnk'lu:dz] [ə'keɪʒən(ə)l] [ˌsʌplɪ'mentri] ['eksəsaɪzɪz] [wɪtʃ] [sɜ:v] [æz; əz][eɪdz][ɪn] ['ti:tʃɪŋ]

It	also	includes	occasional	supplementary	exercises	which	serve	as	aids	in	teaching
它	还	包括	偶然	补充	练习	哪个	服务	作为	艾滋病	在	教学

[saʊndz] , ['vaʊəlz] , ['hɔmənims] ,

sounds	,	vowels	,	homonyms	,
声音	,	元音	,	同音异义词	,

它还包括一些辅助练习，这些练习有助于教授发音、元音、同音词等。

[ru:lz] [ɒv; əv] ['spelɪŋ] , [ə'bri:vieɪtɪd] [fɔ:mz] , ['sʌfɪksɪz] , ['pri:fɪksɪz] , [ðə; ði][ju:z][ɒv; əv] ['haɪfənz] , ['pluərəlz]

rules	of	spelling	,	abbreviated	forms	,	suffixes	,	prefixes	,	the	use	of	hyphens	,	plurals
规则	的	拼写	,	缩写	表格	,	后缀	,	前缀	,	这	使用	的	连字符	,	复数

, [dɪk'teɪʃ(ə)n] [wɜ:k] , [ænd; ənd] [wɜ:d] ['bɪldɪŋ] .

,	dictation	work	,	and	word	building	.
,	听写	工作	,	和	单词	建筑	.

拼写规则、缩写形式、后缀、前缀、连字符的用法、复数、听写练习和构词法。

[ðə; ði] [wɜ:dz] [hæv; həv] [bi:n] [sɪ'lektɪd] [frɒm; frəm]['lɪsts] , [sə'plaɪd] [baɪ] [greɪd] ['ti:tʃə(r)z] [ɒv; əv] ['kli:vlənd]

The	words	have	been	selected	from	lists	,	supplied	by	grade	teachers	of	Cleveland
这	字	有	到过	已选	从	列表	,	供应	经过	年级	教师	的	克利夫兰

[sku:lz] ,

schools	,
学校	,

这些词语选自克利夫兰各学校小学教师提供的词汇表。

[ɒv; əv] [wɜ:dz] ['ɔ:dnrəli] [ˌmɪs'speld] [baɪ][ðə; ði]['pju:p(ə)lz][ɒv; əv][ðeə(r)] [rɪ'spektɪv] [g'reɪdz] .

of	words	ordinarily	misspelled	by	the	pupils	of	their	respective	grades	.
的	字	按说	拼写错误	经过	这	学生	的	他们的	各自	成绩	.

指同年级学生通常会拼错的单词。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]

AMERICAN	BOOK	COMPANY
美国人	书	公司

美国图书公司

[[ˌpi: 'dʒi:] -]

[	Pg	194	]
[	页	-	]

[第194页]

['spensə(r)] - ['præktɪkl]

SPENCERS	'	PRACTICAL
斯宾塞	-	实际的

斯宾塞实用

['raɪtɪŋ]

WRITING
写作

写作

[baɪ] [plæt] [ɑ:(r)] . ['spɛnsərz] [sʌnz]

By	PLATT	R	.	SPENCER'S	SONS
经过	普拉特	拉	.	斯宾塞的	儿子们

普拉特·R·斯宾塞之子

[bʊks] [wʌn] , [ˌtu:'tu:] , [θri:] , [fɔ:r] , [faɪv] , [sɪks] , ['sɛvən] , [ænd; ənd][eit][pə(r)]['dʌz(ə)n] , $0 . -

Books	1	,	2	,	3	,	4	,	5	,	6	,	7	,	and	8	Per	dozen	,	$0	.	60
图书	1	,	2	,	3	,	4	,	5	,	6	,	7	,	和	8	每	打	,	$0	.	-

第1、2、3、4、5、6、7和8册，每打0.60美元

['spensə(r)] - ['præktɪkl] ['raɪtɪŋ] [hæz; həz] [biːn] [dɪ'vaɪzd] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv][ðə; ði] [dɪ'stɪŋkt] [ænd; ənd]

SPENCERS	'	PRACTICAL	WRITING	has	been	devised	because	of	the	distinct	and
斯宾塞	-	实际的	写作	有	到过	设计	因为	的	这	清楚的	和

[waɪd] - [spred] [riˈækʃn] [frɒm; frəm][ðə; ði][juːz][ɒv; əv]['vɜːtɪk(ə)l] ['raɪtɪŋ] [ɪn] [skuːlz] .

wide	-	spread	reaction	from	the	use	of	vertical	writing	in	schools	.
宽的	-	传播	反应	从	这	使用	的	垂直的	写作	在	学校	.

斯宾塞实用写作法的制定，是因为学校使用竖式写作方式引起了截然不同且广泛的反响。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['θʌrəli] [ʌp] - [tuː; tə] - [deɪt] , [ɪm'bɔdɪŋ] [ɔːl][ðə; ði] [əd'væntɪdʒ] [ɒv; əv][ðə; ði][əʊld][ænd; ənd]

It	is	thoroughly	up	-	to	-	date	,	embodying	all	the	advantages	of	the	old	and
它	是	彻底	向上	-	到	-	日期	,	体现	全部	这	优势	的	这	老的	和

[ɒv; əv][ðə; ði] [njuː] .

of	the	new	.
的	这	新的	.

它完全符合最新标准，融合了旧技术和新技术的优点。

[iːtʃ] [wɜːd] [kæn; kən][biː; bi] ['rɪt(ə)n] [baɪ][wʌn] [kən'tɪnjuəs] ['muːvmənt] [ɒv; əv][ðə; ði][pen] .

Each	word	can	be	written	by	one	continuous	movement	of	the	pen	.
每个	单词	能	是	书面	经过	一	连续的	移动	的	这	笔	.

每个字都可以用笔一次性连续书写完成。

¶ [ðə; ði] [bʊks] [tiːtʃ] [ə; eɪ] [pleɪn] , ['præktɪkl] [hænd] , ['mɒdərət] [ɪn][slɑːnt] , [ænd; ənd] [friː] [frɒm; frəm]

¶	The	books	teach	a	plain	,	practical	hand	,	moderate	in	slant	,	and	free	from
¶	这	图书	教	一个	清楚的	,	实际的	手	,	缓和	在	倾斜	,	和	自由的	从

[ˌɔːnə'ment(ə)l] [kɜːrvz] ,

ornamental	curves	,
装饰	曲线	,

这些书教授的是一种朴实实用、倾斜度适中、不带装饰性曲线的书写方式。

[ʃeɪdz] , [ænd; ənd] ['miːnɪŋləs] [laɪnz] .

shades	,	and	meaningless	lines	.
色调	,	和	无意义的	线条	.

阴影，以及毫无意义的线条。

[ðə; ði] [stem] ['lɛtəz] [ɑː(r); ə(r)] [lɒŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][biː; bi][klɪə(r)][ænd; ənd] [ˌʌnmɪ'steɪkəbl] .

The	stem	letters	are	long	enough	to	be	clear	and	unmistakable	.
这	干	信件	是	长的	足够的	到	是	清除	和	毋庸置疑	.

字母的茎部足够长，清晰易辨，不会出错。

[ðə; ði] ['kæpɪtlz] [ɑː(r); ə(r)] [ə'baʊt] [tuː] ['speɪsɪz] [ɪn] [haɪt] .

The	capitals	are	about	two	spaces	in	height	.
这	首都	是	关于	二	空间	在	高度	.

大写字母的高度约为两个空格。

¶ [ðə; ði] ['kɒpiz] [bɪ'gɪn] [wɪð] [wɜːdz] [ænd; ənd] ['grædʒuəli] [dɪ'veləp] ['ɪntuː] ['sentənsɪz] .

¶	The	copies	begin	with	words	and	gradually	develop	into	sentences	.
¶	这	副本	开始	和	字	和	逐步地	发展	进入	句子	.

¶ 这些抄写内容从单词开始，逐渐发展成句子。

[ðə; ði] ['lɛtəz] , [bəuθ] [lɑːdʒ] [ænd; ənd] [smɔːl] , [ɑː(r); ə(r)] [tɔːt] [ˌsɪstə'mætɪkli] .

The	letters	,	both	large	and	small	,	are	taught	systematically	.
这	信件	,	两个都	大的	和	小的	,	是	教授	系统地	.

大小写字母都是系统地教授的。

[ɪn][ðə; ði][fɜːst] [tuː] [bʊks] [ðə; ði] ['raɪtɪŋ] [ɪz] ['sʌmwɒt] ['lɑːdʒə(r)][ðæn; ðən][ɪz] ['kʌstəməri] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz]

In	the	first	two	books	the	writing	is	somewhat	larger	than	is	customary	because
在	这	第一的	二	图书	这	写作	是	有些	更大的	比	是	习惯	因为

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][mɔː(r)] ['iːzəli] ['lɜːnɪd] [baɪ] [jʌŋ] ['tʃɪldrən] .

it	is	more	easily	learned	by	young	children	.
它	是	更多的	容易地	学习	经过	年轻的	孩子们	.

前两本书中的字体比通常的字体要大一些，因为这样更容易让小孩子学习。

[ðiːz] [bʊks] ['ɔːlsəʊ] [kən'teɪn] ['meni] [ɪˌlʌs'treʃən] [ɪn] ['aʊtlaɪn] .

These	books	also	contain	many	illustrations	in	outline	.
这些	图书	还	包含	许多	插图	在	大纲	.

这些书中还包含许多轮廓插图。

[ðə; ði] ['ruːlɪŋ] [ɪz] ['veri] ['sɪmp(ə)l] .

The	ruling	is	very	simple	.
这	裁决	是	非常	简单的	.

判决非常简单。

¶ [ɪn'strʌkʃ(ə)n] [ɪz][ə'fɔːd; ə'fɔrd] ['ʃəʊɪŋ] [haʊ] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l] [ʃʊd; ʃəd] [sɪt][æt; ət][ðə; ði] [desk] ,

¶	Instruction	is	afforded	showing	how	the	pupil	should	sit	at	the	desk	,
¶	操作说明	是	提供	显示	如何	这	瞳孔	应该	坐	在	这	桌子	,

¶ 提供指导，向学生展示如何在课桌前正确就座。

[ænd; ənd][həʊld][ðə; ði][pen][ænd; ənd]['peɪpə(r)] .

and	hold	the	pen	and	paper	.
和	抓住	这	笔	和	纸	.

拿起笔和纸。

[ə; eɪ]['sɪəriːz][ɒv; əv] [drɪl] ['muːvmənt] ['eksəsaɪzɪz] , ['θɜːti] - [θriː] [ɪn]['nʌmbə(r)] , [wɪð] [də'rekʃ(ə)nz][fɔː(r); fə(r)]

A	series	of	drill	movement	exercises	,	thirty	-	three	in	number	,	with	directions	for
一个	系列	的	钻头	移动	练习	,	三十	-	三	在	数字	,	和	方向	为了

[ðeə(r)][juːz] , [ə'kʌmp(ə)niz] [iːtʃ] [bʊk] .

their	use	,	accompanies	each	book	.
他们的	使用	,	伴随	每个	书	.

每本书都附有三十三个动作练习，并附有使用说明。

[spen'sɪriən] ['præktɪkl] ['raɪtɪŋ] ['spelə(r)]

SPENCERIAN	PRACTICAL	WRITING	SPELLER
斯宾塞式	实际的	写作	拼写者

斯宾塞式实用书写拼写

[pə(r)]['dʌz(ə)n] , $0 . -

Per	dozen	,	$0	.	48
每	打	,	$0	.	-

每打0.48美元

[ðɪs] ['sɪmp(ə)l] , [ˌɪnɪk'spensɪv] [dɪ'vaɪs] [prə'vaɪdz] [ə'bʌndənt] [drɪl] [ɪn] ['raɪtɪŋ] [wɜːdz] .

This	simple	,	inexpensive	device	provides	abundant	drill	in	writing	words	.
这	简单的	,	价格低廉	设备	提供	丰富	钻头	在	写作	字	.

这款简单、廉价的设备能提供大量的单词书写练习。

[æt; ət][ðə; ði] [seɪm] [taɪm] [ˌaɪ 'tiː] [treɪnz] ['pjuːp(ə)lz][tuː; tə] [fɔːm] [ðeə(r)] ['kɒpiz] [ɪn] [ə'kɔːd(ə)ns] [wɪð] [ðə; ði]

At	the	same	time	it	trains	pupils	to	form	their	copies	in	accordance	with	the
在	这	相同的	时间	它	火车	学生	到	形式	他们的	副本	在	根据	和	这

[məʊst]['mɒd(ə)n][ænd; ənd]['pɒpjələ(r)] ['sɪstəm] [ɒv; əv] ['penmənʃɪp] ,

most	modern	and	popular	system	of	penmanship	,
最多	现代的	和	受欢迎的	系统	的	书法	,

同时，它还训练学生按照最现代、最流行的书法体系来书写习作。

[ænd; ənd] [seɪvz] [mʌtʃ] ['væljuəb(ə)l] [taɪm] [fɔː(r); fə(r)][bəuθ] ['tiːtʃə(r)] [ænd; ənd]['pjuːp(ə)l] .

and	saves	much	valuable	time	for	both	teacher	and	pupil	.
和	保存	很多	有价值的	时间	为了	两个都	老师	和	瞳孔	.

这样可以为老师和学生节省很多宝贵时间。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]

AMERICAN	BOOK	COMPANY
美国人	书	公司

美国图书公司

[[ˌpiː 'dʒiː] -]
[Pg 195]
[页 -]

[第195页]

['mæksˌwɛlz]
MAXWELL'S
麦克斯韦尔

麦克斯韦尔

[njuː] ['græmə(r)]
NEW GRAMMARS
新的 语法

新语法

[baɪ] ['wɪljəm] [eɪtʃ] . ['mækswel] , [ˌpiː 'eɪtʃ] . [diː] . , ['el'el] . [diː] .
By WILLIAM H . MAXWELL , Ph . D . , LL . D .
经过 威廉 H . 麦克斯韦 , 菲尔 . D . , 二 . D .

作者：威廉·H·麦克斯韦尔，哲学博士，法学博士

[ˌsuːpərɪn'tendənt] [ɒv; əv] [skuːlz] , ['sɪti] [ɒv; əv] [njuː] [jɔːk]
Superintendent of Schools , City of New York
校长 的 学校 , 城市 的 新的 约克

纽约市教育局长

[ˌelɪ'mentri] ['græmə(r)] $0 . - [skuːl] ['græmə(r)] $0 . -
Elementary Grammar $0 . 40 School Grammar $0 . 60
初级 语法 $0 . - 学校 语法 $0 . -

小学语法 0.40 美元 中学语法 0.60 美元

[ðə; ði] [ˌelɪ'mentri] ['græmə(r)] ['prez(ə)nts][ɪn] ['veri] [smɔːl] [speɪs] [ɔːl][ðə; ði] ['græmə(r)] ['juːʒuəli; 'juːʒəli]
The ELEMENTARY GRAMMAR presents in very small space all the grammar usually
这 初级 语法 礼物 在 非常 小的 空间 全部 这 语法 通常
[tɔːt] [ɪn] [ˌelɪ'mentri] [skuːlz] .
taught in elementary schools .
教授 在 初级 学校 .

《基础语法》用非常小的篇幅介绍了小学通常教授的所有语法知识。

¶ [ˌaɪ 'tiː] [gɪvz] [ðə; ði]['pjuːp(ə)l][æn; ən] ['ɪnsaɪt] ['ɪntuː][ðə; ði]['dʒen(ə)rəl] [fɔːmz] [ɪn] [wɪtʃ] [θɔːt] [ɪz]
¶ It gives the pupil an insight into the general forms in which thought is
¶ 它 给予 这 瞳孔 一个 洞察力 进入 这 一般的 表格 在 哪个 想法 是
[ɪk'sprest] ,
expressed ,
表达 ,

它使学生深入了解思想表达的一般形式，

[ænd; ənd] [i'neibl] [hɪm][tuː; tə] [siː] [ðə; ði] ['miːnɪŋ] [ɒv; əv] ['kɒmplɪkeɪtɪd] ['sentənsɪz] .
and enables him to see the meaning of complicated sentences .
和 启用 他 到 看 这 意义 的 复杂的 句子 .

这使他能够理解复杂句子的含义。

[ðə; ði][ɪk'splænət(ə)ri]['mætə(r)][ɪz] [meɪd] [klɪə(r)][baɪ][ðə; ði][juːz][ɒv; əv]['sɪmp(ə)l] ['læŋgwɪdʒ] ,
The explanatory matter is made clear by the use of simple language ,
这 解释性 事情 是 制成 清除 经过 这 使用 的 简单的 语言 ,

解释内容运用简洁易懂的语言，使其清晰明了。

[baɪ][ðə; ði] [ɪˌlɪmɪ'neɪʃn] [ɒv; əv][ʌn'nesəsəri; ʌn'nesɪsəri] ['teknɪk(ə)l] [tɜːmz] , [ænd; ənd][baɪ][ðə; ði] ['friːkwənt]
by the elimination of unnecessary technical terms , and by the frequent
经过 这 消除 的 不必要 技术的 条款 , 和 经过 这 频繁
[ˌɪntrə'dʌkʃn] [ɒv; əv] ['ɪləstrətɪv] ['sentənsɪz] .
introduction of illustrative sentences .
介绍 的 举例说明 句子 .

通过消除不必要的专业术语，并经常引入例证句。

[ðə; ði] ['defɪnɪʃənz] [ɑː(r); ə(r)]['sɪmp(ə)l][ænd; ənd] [prɪ'saɪs] .

The	definitions	are	simple	and	precise	.
这	定义	是	简单的	和	精确的	.

这些定义简洁明了，准确无误。

[ðə; ði]['eksəsaɪzɪz][ɑː(r); ə(r)] [ə'bʌndənt] [ænd; ənd] [pɪ'kjuːliəli] [ɪn'dʒiːniəs] .

The	exercises	are	abundant	and	peculiarly	ingenious	.
这	练习	是	丰富	和	奇特地	巧妙	.

练习题数量众多，而且设计得非常巧妙。

[ə; eɪ]['nɒv(ə)l] [dɪ'vaɪs] [fɔː(r); fə(r)] ['pɑːsɪŋ] [ænd; ənd][ə'næləsɪs] [pə'mɪts] [ðiːz] [tuː] ['sʌbdʒɪkts][tuː; tə][biː; bi]

A	novel	device	for	parsing	and	analysis	permits	these	two	subjects	to	be
一个	小说	设备	为了	解析	和	分析	许可证	这些	二	主题	到	是

[kəm'baɪnd] [ɪn] [wʌn] ['eksəsaɪz] [fɔː(r); fə(r)] [p'ɜːpəsɪz] [ɒv; əv] [drɪl] .

combined	in	one	exercise	for	purposes	of	drill	.
合并	在	一	锻炼	为了	目的	的	钻头	.

一种用于解析和分析的新型装置可以将这两个主题结合在一个练习中进行训练。

¶ [ðə; ði] [skuːl] ['græmə(r)] [kən'teɪnz] ['evriθɪŋ] ['niːdɪd] [baɪ] ['stjʊdnts] [ɪn] ['ʌpə(r)] ['græmə(r)] [g'reɪdz]

¶	The	SCHOOL	GRAMMAR	contains	everything	needed	by	students	in	upper	grammar	grades
¶	这	学校	语法	包含	一切	需要	经过	学生	在	上	语法	成绩

[ænd; ənd] ['sekənd(ə)ri] [skuːlz] .

and	secondary	schools	.
和	次要	学校	.

¶ 《学校语法》包含了小学高年级和中学学生所需的一切。

[ˌaɪ 'tiː] ['kʌvəz] ['fʊli] [ðə; ði] [rɪ'kwaɪərmənts] [ɒv; əv][ðə; ði] ['sɪləbəs] [ɪn] ['ɪŋglɪʃ] ['ɪʃuːd] [baɪ][ðə; ði] [njuː] [jɔːk]

It	covers	fully	the	requirements	of	the	Syllabus	in	English	issued	by	the	New	York
它	封面	完全	这	要求	的	这	教学大纲	在	英语	发布	经过	这	新的	约克

[steɪt] [ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] [dɪ'pɑːtmənt] .

State	Education	Department	.
状态	教育	部门	.

它完全涵盖了纽约州教育厅发布的英语教学大纲的要求。

¶ [ðə; ði] [bʊk] [triːts] [ɒv; əv] ['græmə(r)] ['əʊnli] ,

¶	The	book	treats	of	grammar	only	,
¶	这	书	款待	的	语法	仅有的	,

本书只涉及语法，

[ænd; ənd]['prez(ə)nts] ['meni] ['eksəsaɪzɪz] [wɪtʃ] [kɔːl][fɔː(r); fə(r)][kən'sɪdərəb(ə)l] [rɪ'flekʃ(ə)n] [ɒn][ðə; ði] ['miːnɪŋ]

and	presents	many	exercises	which	call	for	considerable	reflection	on	the	meaning
和	礼物	许多	练习	哪个	称呼	为了	大量	反射	在	这	意义

[ɒv; əv][ðə; ði] [ɪk'spreʃ(ə)nz] [tuː; tə][biː; bi] ['ænlˌaɪz] .

of	the	expressions	to	be	analyzed	.
的	这	表达式	到	是	分析	.

并提供了一系列练习，要求对要分析的表达方式的含义进行深入思考。

[θruː'aʊt] , [stres] [ɪz][leɪd][ɒn][ðə; ði] [brɔːdə] [dɪs'tɪŋkʃənz] [ɒv; əv] [θɔːt] [ænd; ənd] [ɪk'spreʃ(ə)n] .

Throughout	,	stress	is	laid	on	the	broader	distinctions	of	thought	and	expression	.
自始至终	,	压力	是	铺设	在	这	更广泛	区别	的	想法	和	表达	.

贯穿全文，都强调了思想和表达之间更广泛的区别。

[ðə; ði] ['kɒmən] ['erə(r)z][ɒv; əv] ['rɪt(ə)n] [ænd; ənd]['spəʊkən] ['læŋgwɪdʒ] [ɑː(r); ə(r)][səʊ] ['klæsɪfaɪd] [æz; əz][tuː; tə]

The	common	errors	of	written	and	spoken	language	are	so	classified	as	to
这	常见的	错误	的	书面	和	说	语言	是	所以	分类	作为	到

[meɪk] [ˌaɪ 'tiː] [kəm'pærətɪvli] ['iːzi] [fɔː(r); fə(r)]['pjuːp(ə)lz][tuː; tə] [dɪ'tekt] [ænd; ənd] [kə'rekt] [ðem; ðəm]

make	it	comparatively	easy	for	pupils	to	detect	and	correct	them
制作	它	比较	简单的	为了	学生	到	探测	和	正确的	他们

[θruː] [ðə; ði] [ˌæplɪ'keɪʃ(ə)n] [ɒv; əv][ðə; ði] [ruːlz] [ɒv; əv] ['græmə(r)] .

through	the	application	of	the	rules	of	grammar	.
通过	这	应用	的	这	规则	的	语法	.

书面和口语中常见的错误经过分类，使得学生能够相对容易地通过运用语法规则来发现和纠正这些错误。

[ðə; ði] [bʊk] [endz] [wɪð] [æn; ən][hɪ'stɒrɪk(ə)l] [sketʃ] [ɒv; əv][ðə; ði] ['ɪŋglɪʃ] ['læŋgwɪdʒ] ,

The	book	ends	with	an	historical	sketch	of	the	English	language	,
这	书	结束	和	一个	历史	草图	的	这	英语	语言	,

本书以英语语言的历史概述作结。

[æn; ən]['ɑːtɪk(ə)l][ɒn][ðə; ði] [fɔː'meɪʃ(ə)n] [ɒv; əv] [wɜːdz] , [ænd; ənd][ə; eɪ][lɪst][ɒv; əv] [ɪ'kwɪvələnt] [tɜːmz]

an	article	on	the	formation	of	words	,	and	a	list	of	equivalent	terms
一个	文章	在	这	形成	的	字	,	和	一个	列表	的	相等的	条款

[ɪm'plɔɪd] [baɪ]['ʌðə(r)] [grə'meərɪən] .

employed	by	other	grammarians	.
受雇	经过	其他	语法学家	.

一篇关于词语构成的文章，以及其他语法学家使用的等效术语列表。

[ðə; ði] [fʊl] ['ɪndeks] [meɪks] [ðə; ði] ['vɒljuːm] ['juːsf(ə)l][fɔː(r); fə(r)] ['refrəns] .

The	full	index	makes	the	volume	useful	for	reference	.
这	满的	指数	制作	这	体积	有用	为了	参考	.

完整的索引使本书成为有用的参考资料。

[ə'merɪkən] [bʊk] ['kʌmpəni]

AMERICAN	BOOK	COMPANY
美国人	书	公司

美国图书公司

[-] [nəʊt] :

Transcriber's	Note	:
转录员的	笔记	:

转录者注：

[ˌɪnkən'sɪstənt] [ˌhaɪfə'neɪʃn] [ɪn][ðə; ði] [wɜːd] " ['skɪnˌlaɪk] " [rɪ'teɪnd] .

Inconsistent	hyphenation	in	the	word	"	skinlike	"	retained	.
不一致	连字符	在	这	单词	"	类皮肤	"	保留	.

“skinlike”一词中不一致的连字符被保留。

[ˌpiː 'dʒiː] - ['ædɪd] ['pɪəriəd]['ɑːftə(r)] " [kliːn] " [ləʊ'keɪtɪd][ɪn] " ['kiːpɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] [kliːn] " .

Pg	91	Added	period	after	"	Clean	"	located	in	"	Keeping	the	Skin	Clean	"	.
页	-	额外	时期	后	"	干净的	"	位于	在	"	保持	这	皮肤	干净的	"	.

第 91 页 在“保持皮肤清洁”中的“清洁”后添加句号。

[ˌpiː 'dʒiː] - ['ædɪd] ['pɪəriəd]['ɑːftə(r)] " ['sɪknəs] " [ləʊ'keɪtɪd][ɪn] " ['ænɪmlz] [wɪtʃ] ['kæri] ['sɪknəs] " .

Pg	182	Added	period	after	"	sickness	"	located	in	"	animals	which	carry	sickness	"	.
页	-	额外	时期	后	"	疾病	"	位于	在	"	动物	哪个	携带	疾病	"	.

第 182 页 在“携带疾病的动物”中的“疾病”后添加句号。

[ˌpiː 'dʒiː] - [rɪ'muːvd] [ɪk'streɪnɪəs] ['kɒmə] ['ɑːftə(r)] " [bæk] " [ləʊ'keɪtɪd][ɪn] " [θrəʊt] [bæk] , [ɒv; əv][ðə; ði]

Pg	188	Removed	extraneous	comma	after	"	back	"	located	in	"	throat	back	,	of	the
页	-	已移除	无关的	逗号	后	"	后退	"	位于	在	"	喉	后退	,	的	这

[tʌŋ] " .

tongue	"	.
舌头	"	.

第 188 页 删除了“喉咙后部，舌头”中“后部”后面的多余逗号。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

健康课，第一册(Health Lessons, Book 1)
第8/8页

[ˌpiː ˈdʒiː] - [əˈmendɪd] " - " [tuː; tə] " - " [ləʊˈkeɪtɪd][ɪn] " [maʊθ] , - - - " .

Pg	190	Amended	"	47	"	to	"	67	"	located	in	"	Mouth	,	60	-	47	"	.
页	-	修订版	"	-	"	到	"	-	"	位于	在	"	嘴	,	-	-	-	"	.

第 190 页 修改了“Mouth, 60-47”中的“47”至“67”。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

美式音标标注，美式发音朗诵。

听书破万卷
开口如有神